ЭКСПРЕСС-ЗАГОТОВКИ

для тех, у кого много дел

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Предлагаемая книга универсальна: она сочетает полезное с приятным. Здесь будничная еда соседствует с праздничными разносолами. Переусердствовали с вкусненьким — дайте организму отдохнуть: посидите на диете. А чтобы диета не оказалась скучной и чересчур однообразной, заготовьте то, что вам нравится, заранее. В настоящем издании собраны лучшие рецепты широкого ассортимента домашних заготовок — диетических (без сахара, соли, уксуса) и самых острых, столь любимых в нашей стране.

Книга будет интересна как начинающим, так и опытным хозяйкам.

- Виктория Рошаль
  - Диетическое консервирование
    -
    - Плоды и ягоды: без сахара
      - Компоты
        -
        - Стерилизуем и закатываем
        - Закатываем без стерилизации
      - Натуральные консервы
        - Стерилизуем и закатываем
        - Закатываем без стерилизации
        - Бутыли с герметичными пробками
        - На скорую руку: никакой герметичности
      - Плодово-ягодное пюре
        -
        - Стерилизуем и закатываем
        - Закатываем без стерилизации
      - Плодово-ягодные соки
        -
        - Стерилизуем и закатываем
        - Закатываем без стерилизации
      - Повидло или варенье без сахара
      - Пастила
      - Моченые плоды и ягоды
    - Овощи и зелень без соли и уксуса
      - Натуральные консервированные овощи
        - Стерилизуем и закатываем
        - Закатываем без стерилизации

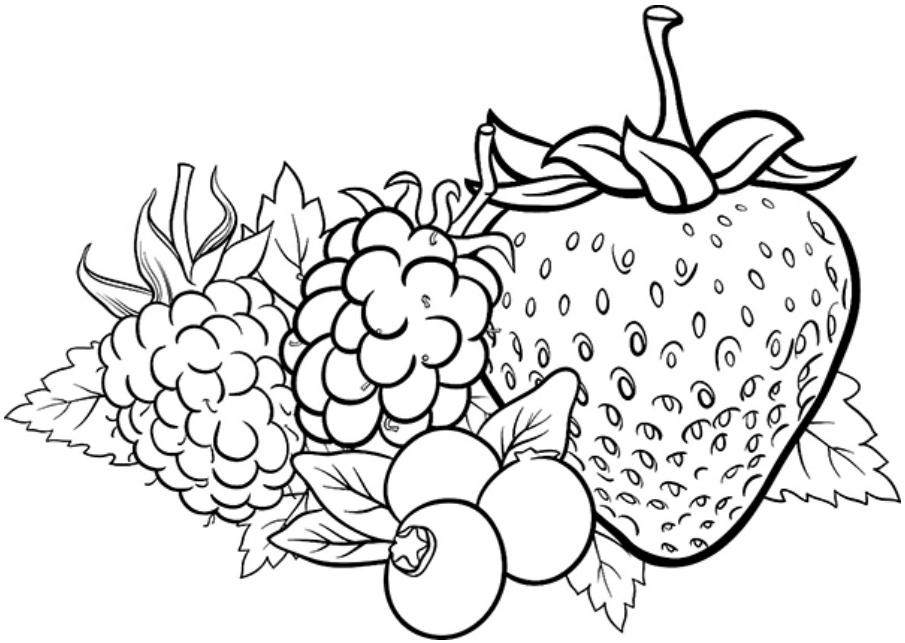
- Овощные соки — кладезь здоровья
  - Стерилизуем и закатываем
  - Закатываем без стерилизации
  - На скорую руку
- Сырые овощи
- Консервированная зелень для первых блюд

○ Насладимся разносолами

-
- Овощные и ягодные соленья на все вкусы
  -
  - Соленья в рассоле
    -
    - Традиционные рецепты
    - К праздничному столу
    - Любителям щегольнуть
  - Ягодные соленья
  - Соленья в собственном соку
  - Соленья-приправы ко вторым блюдам
  - Овощные заправки
- Квашеные овощи
  - Капустные разносолы
    - Традиционные рецепты
    - Рецепты с «изюминкой»
    - Любителям щегольнуть
    - Любителям рассола
  - Квасить можно не только капусту
    - Традиционные рецепты
    - Любителям рассола
- Маринованные плоды, ягоды, овощи
  -
  - Острые маринады из плодов и ягод
  - Маринованные закуски из овощей
    - Традиционные рецепты
    - К праздничному столу
  - Острые овощные маринады
    -
    - Любителям щегольнуть
    - Специально для гурманов
    - Старинные рецепты

Виктория Рошаль
Экспресс-заготовки

Диетическое консервирование



Официальная медицина пришла к выводу, что одна из важнейших причин нарушения обмена веществ — чрезмерное потребление сахара и соли. Человек начинает больше пить, а это может привести к тяжелым последствиям. Кроме того, сладкие блюда очень калорийны, а при общей тенденции современного человечества к неподвижному образу жизни и склонности к высококалорийной пище это приводит к ожирению — беде, поразившей население многих стран.

Если снизить потребление соли, содержание воды в организме уменьшается, уходят отеки, снижается давление, уменьшаются нагрузки на все жизненно важные органы.

Даже практически здоровому человеку полезно устраивать разгрузочные дни: например, раз в неделю ограничивать свой рацион фруктами и овощами без соли и без сахара.

Если же человек страдает заболеванием почек или сердечно-сосудистой системы, при гипертонии и атеросклерозе, ожирении, снижении функции щитовидной железы, глаукоме, кожных и других заболеваниях просто необходимо резко снизить потребление соли и сахара.

И в этом неоценимую услугу окажут домашние заготовки без соли, сахара, уксуса., приведенные в этой главе

Плоды и ягоды: без сахара

Компоты

Компоты без сахара являются диетическими, их калорийность невелика. Для заливки используется горячая питьевая вода. Такие компоты лучше всего готовить из плодов с невысокой кислотностью — груш, черешни, абрикосов.

В качестве заливки для диетических компотов применяют также натуральные фруктовые соки. При желании готовые компоты можно подслащивать за 2–3 часа до употребления.

Стерилизуем и закатываем

Компот вишневый натуральный с пряностями

Целыми или очищенными от косточек плодами заполнить банки на 2/3, все время уплотняя. Вскипятить воду, бросить в нее несколько бутонов гвоздики, горошки душистого перца или щепотку ванильного сахара и залить банки с плодами.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 10–12 минут, литровые — 13–15, трехлитровые — 30 минут.

Компот из кислой вишни пастеризовать при температуре 85 °С: пол-литровые банки — 10–15 минут, литровые — 15 минут.

Укупоренные банки охладить в кастрюле, доливая холодную воду.

Компот из голубики

Свежесобранную голубику промыть, обсушить, засыпать в стерилизованные банки, залить кипящей водой без сахара, накрыть прокипяченными крышками. Поставить наполненные банки в кастрюлю с горячей водой, постелив на дно кастрюли тряпку (банки в кастрюле должны быть утоплены по плечики).

Стерилизовать: пол-литровые банки — 25 минут, литровые — 40 минут.

Закатать крышки, перевернуть банки вверх дном и оставить в таком положении на сутки.

Переспелые и незрелые плоды и ягоды для компота

не годятся.

Подготовленные плоды и ягоды тотчас же плотно укладывают в прогретые стерилизованные банки или бутылки и немедленно заполняют кипящей заливкой.

Заливку готовят непосредственно перед укладкой плодов и ягод в банки. Для приготовления заливки используется посуда из нержавеющей стали или неповрежденная эмалированная.

Тару наполняют плодами или ягодами на 2/3–3/4, можно наполнять по плечики, то есть до перехода в горлышко, а можно и доверху (на 2 см ниже края); плоды должны быть полностью покрыты заливкой.

Компот из крыжовника

Свежесобранный крыжовник рассортировать по величине и степени зрелости. Удалить гнилые и поврежденные ягоды. Обрезать плодоножки и сухие чашелистики. Ягоды промыть, обсушить.

Подготовленные банки заполнить ягодами по плечики и залить кипящей водой без сахара. Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 8 минут, литровые — 10–12 минут, трехлитровые — 15 минут.

Компот из малины

Подготовленные ягоды уложить в стерилизованные банки по плечики, залить свежеприготовленным соком из малины или других ягод, прикрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с холодной водой (вода в кастрюле должна быть на 1,5–2 см ниже края банки).

Довести воду в кастрюле до 80 °С и пастеризовать при этой температуре: пол-литровые банки — 7–8 минут, литровые — 12–13 минут.

Крышки закатать, банки перевернуть вверх дном и оставить на 24 часа.

Компот из черноплодной рябины на плодово-ягодном соке

Ягоды рябины отделить от щитков, вымыть и замочить на 2–3 суток, периодически меняя воду.

Подготовленные ягоды черноплодной рябины уложить в банки и залить кипящим соком из красной, черной смородины или яблочным.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 25, трехлитровые — 45–50 минут.

Компот можно также готовить методом горячего розлива.

Компот из черной смородины в собственном соку (или в яблочном, или в малиновом)

На 1 кг черной смородины — 700–800 мл черносмородинового, или яблочного, или малинового сока.

Подготовленные ягоды уложить в стерилизованные банки по плечики, залить свежеприготовленным соком (яблочный сок делают из яблок летних сортов), прикрыть прокипяченными крышками.

Поставить заполненные банки в кастрюлю с холодной водой, довести до 80 °С и пастеризовать: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 14 минут.

Банки вынуть, немедленно закатать крышки, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Закатываем без стерилизации

Компот из крыжовника методом горячего розлива

Стерилизованную двух- или трехлитровую банку заполнить по плечики подготовленным крыжовником, залить до края горлышка кипящей водой без сахара, прикрыть прокипяченной металлической крышкой, оставить на 10 минут.

Слить жидкость из банки в кастрюлю, прокипятить и сразу залить ягоды до самого верха банки так, чтобы вода чуть выплеснулась наружу. Закатать, перевернуть вверх дном и оставить на 24 часа.

Компот из черноплодной рябины методом горячего розлива

Ягоды отделить от щитков, вымыть и замочить на 2–3 дня, периодически меняя воду. Затем уложить ягоды в двух- или трехлитровые стерилизованные банки, залить кипящей водой до края горлышка и оставить на 5 минут. Так проделать еще 1–2

раза.

В последний раз сразу же закатать крышки и перевернуть вверх дном на сутки.

Консервированный компот из яблок не относится к шедеврам кулинарного искусства. Яблоки зимних сортов выгоднее хранить и употреблять в свежем виде, а остальные использовать на соки.

Натуральные консервы

Стерилизуем и закатываем

Абрикосы в собственном соку

Способ 1 (разрезанные абрикосы)

1 кг абрикосов, 1/2 стакана воды.

Абрикосы разрезать на половинки, косточки удалить, плоды уложить в кастрюлю. Добавить воду и подогревать под крышкой на слабом огне до тех пор, пока плоды не покроются соком. Периодически помешивать. Переложить абрикосы с соком в подготовленные банки, заполняя их по плечики.

Стерилизовать: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 15 минут. Закатать крышками.

Способ 2 (цельные абрикосы)

Этим способом заготавливают мелкоплодные сорта абрикосов (диаметром не более 40 мм) с интенсивно окрашенной мякотью.

Плоды перебрать, вымыть, отсушить и, не бланшируя, уложить в сухие стерилизованные банки. Залить абрикосы соком с мякотью, нагретым до 90–95 °С. Банки поставить в кастрюлю с нагретой водой (около 70 °С).

Стерилизовать: трехлитровые банки — 25 минут.

Закатать банки крышками, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Чем отличаются натуральные консервы от компотов? Изготовляя компоты, банки заполняют фруктами или ягодами наполовину или на три четверти. При изготовлении натуральных консервов банки наполняют фруктами и ягодами почти доверху.

Брусника натуральная

Ягоды рассортировать по степени зрелости, удалить мягкие и поврежденные, очистить от чашелистиков. Затем несколько раз промыть в холодной воде, отсушить на полотенце. Заполнить ягодами стерилизованные банки, залить кипящей водой, прикрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать: пол-литровые банки — 9–10 минут, литровые — 10–12 минут. Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Вишня в собственном соку

Вишню без косточек положить в эмалированную кастрюлю и подогревать на слабом огне до тех пор, пока ягоды не покроются соком. Чтобы вишни не подгорели, кастрюлю периодически встряхивать круговыми движениями. Горячей вишней заполнить подогретые банки и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 10–12 минут, литровые — 13–15, двухлитровые — 30 минут. Укупоренные банки охладить в кастрюле, доливая холодную воду.

Вишня натуральная стерилизованная

Способ 1 (с косточками)

Вишню тщательно вымыть, дать стечь воде, затем плотно уложить в банки. Залить кипящей водой и стерилизовать, как указано в предыдущем рецепте.

Такую вишню используют для приготовления вареников, компота, киселя, варенья и др.

На трехлитровую банку идет около 800 г вишни.

Способ 2 (без косточек)

Из вишни удалить косточки и плотно уложить плоды в банки. При плотной укладке выделяется сок, поэтому заливать их водой не нужно. Заполненные банки стерилизовать, как указано в рецепте «Вишня в собственном соку».

> Для отсушивания фруктов, ягод, овощей после мытья очень удобно пользоваться специальными полотенцами из хлопчатобумажной ткани. Несколько таких полотенец надо держать в хозяйстве только для этих целей и ни для чего другого не использовать.

Полотенце расстилают на столе в 2 слоя, на него выкладывают вымытые ягоды и осторожно разравнивают тонким слоем. Тогда ягоды быстро и надежно подсыхают.

Голубика в собственном соку

Голубику перебрать, удалить «хвостики», несколько раз промыть, отсушить на полотенце. Примерно 1/5 часть ягод пропустить через соковыжималку или растолочь деревянным пестиком в эмалированной посуде. Из размятых ягод отжать сок.

Сухие стерилизованные банки заполнить по плечики цельными ягодами, залить полученным соком, накрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с теплой водой и пастеризовать: нагреть до температуры 65 °С и при этой температуре пол-литровые банки выдержать 15 минут, литровые — 25 минут.

Груши натуральные

Для консервирования надо брать плотные незрелые груши. Вымыть, удалить кожицу и семенную камеру, нарезать на дольки и положить в таз с холодной водой.

Затем бланшировать в слабом растворе лимонной кислоты (на 1 л воды — 1 г кислоты) при температуре 85 °С. Время бланширования зависит от величины нарезанных долек и составляет 5–10 минут.

Бланшированные груши немедленно охладить в воде и уложить в стерилизованные банки. Залить кипящей водой, добавить лимонную кислоту (на литровую банку — 1 г кислоты), прикрыть прокипяченными жестяными крышками и поставить в кастрюлю с подогретой водой.

Стерилизовать в кипящей воде: литровые банки — 18–20 минут, трехлитровые — 35 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть и оставить на сутки.

Груши в собственном соку

Для консервирования взять плотные недозрелые груши одного сорта. Вымыть в холодной воде.

Груши с тонкой кожицей консервируют неочищенными. Если кожица толстая, грубая, ее снимают тонким слоем. Мелкие груши консервируют целиком, не разрезая. Они не должны иметь внешних повреждений.

Крупные плоды разрезают на половинки, четвертинки или дольки, удаляя при этом семенную коробку, плодоножки, поврежденные места.

Бланшировать груши в слабом растворе лимонной кислоты (1 г на 1 л воды) при температуре 85 °С в течение 5–10 минут, после чего немедленно опустить в холодную кипяченую воду.

Охлажденные груши уложить в подготовленные банки, залить кипящей водой, всыпать лимонную кислоту (0,5 г — в пол-литровую банку, 1 г — в литровую), накрыть прокипяченными крышками.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15–18 минут, литровые — 18–20 минут, трехлитровые — 35 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Мытые фрукты очень подвержены порче, поэтому моют такое их количество, которое можно переработать в тот же день.

Если очищенные или нарезанные яблоки, груши, айва не могут быть переработаны сразу, их выдерживают в подкисленной холодной воде, чтобы не потемнела мякоть. Для этого в 1 л воды растворяют 3–5 г лимонной кислоты или 10–15 г поваренной соли.

Ежевика натуральная

Ягоды очистить от чашелистиков, рассортировать по степени зрелости (ягоды в каждой банке должны быть одинаковой степени зрелости), удаляя мягкие и поврежденные.

Рассортированные ягоды промыть по отдельности в холодной воде, отсушить на полотенце, уложить в подготовленные банки, залить кипящей водой, прикрыть банки прокипяченными крышками.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 9–10 минут, литровые — 10–12 минут.

Немедленно закатать крышки, перевернуть банки вверх дном и оставить на 24 часа.

Земляника лесная натуральная пастеризованная

Подготовленные ягоды уложить в банки по плечики, залить горячим земляничным соком. Пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 10 минут. Сразу же закатать.

Земляника (клубника) натуральная стерилизованная

Ягоды (лесной земляники или мелкой садовой клубники) очистить от чашелистиков, рассортировать по степени зрелости, удаляя мягкие и поврежденные.

Хорошо промыть ягоды в холодной воде, отсушить на полотенце, уложить по плечики в стерилизованные банки, залить кипящей водой, накрыть прокипяченными крышками.

Стерилизовать: пол-литровые банки — 9–10 минут, литровые — 10–12 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Земляника (клубника) в собственном соку

Подготовленные ягоды (см. предыдущий рецепт) уложить в сухие стерилизованные банки по плечики и залить горячим земляничным соком.

Пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 20 минут.

Этот вид консервов рекомендуется при сахарном диабете.

Ирга натуральная

Крупные зрелые ягоды ирги вымыть, отсушить, уложить в банки по плечики. Залить кипящей водой, добавить в каждую банку лимонную кислоту (1,5–2 г на литровую банку).

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Стерилизацию можно заменить пастеризацией при 90 °С в течение, соответственно, 20 и 25 минут.

Зимой из этих консервов готовят компоты, кисели, используют ягоды в качестве начинки для пирожков и т. д.

Клубника в собственном соку

Подготовленные ягоды клубники разделить на две части. Половину ягод уложить в банки по плечики. Другую часть ягод подогреть в кастрюле под крышкой в течение 5–10 минут и в горячем виде протереть через волосяное сито. Полученное пюре довести до кипения и перелить в банки с ягодами.

Пастеризовать при 90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут. Закатать.

Клюква в собственном соку

Способ 1

Из мелких, неравномерно окрашенных ягод выделить сок и профильтровать. Крупные ягоды высыпать в кастрюлю и залить соком (на 7 частей ягод — 3 части сока). Ягоды с соком подогреть, не доводя до кипения, и сразу же фасовать.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 5–6 минут, литровые — 10, трехлитровые — 20 минут. Закатать.

Способ 2

Зрелые красные ягоды высыпать в кастрюлю, подогреть на слабом огне, чтобы ягоды пустили сок. Горячую массу переложить в банки и стерилизовать: пол-литровые банки — 7–9 минут, литровые — 9–10, трехлитровые — 20 минут. Сразу же закатать.

Клюква натуральная стерилизованная

Зрелые красные ягоды плотно уложить в банки по плечики, залить кипящей водой и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые — 7–9 минут, литровые — 9–10, трехлитровые — 20 минут. Закатать.

Крыжовник в собственном соку

Крупные зрелые ягоды уложить в эмалированную посуду и подогревать на слабом огне, периодически потряхивая. Чтобы ягоды не подгорели, на 1 кг ягод добавить 1/2 стакана воды. Когда ягоды пустят сок, нагревание прекратить. Подготовленные банки плотно наполнить нагретыми ягодами (с соком), пастеризовать при 90 °С: пол-литровые — 20 минут, литровые — 25 минут. Сразу же закатать.

Крыжовник с красной и черной смородиной

1 кг крыжовника, 500 г красной смородины, 500 г черной смородины.

Ягоды очистить от плодоножек и завязи, удалить недозрелые, мятые, поврежденные. Промыть ягоды в холодной воде. Затем бланшировать их (крыжовник — отдельно) в небольшом количестве кипящей воды: крыжовник — 3–5 минут, красную и черную смородину (вместе) — 2–3 минуты (время отсчитывают с момента погружения в кипящую воду).

Бланшированные ягоды немедленно охладить в воде (лучше в холодной кипяченой), дать ей стечь. Ягоды плотно уложить в подготовленные банки, залить крутым кипятком, накрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 8–9 минут, литровые — 10–12 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Крыжовник натуральный

Ягоды рассортировать, вымыть в холодной воде. Бланшировать в небольшом количестве кипящей воды в течение 3–5 минут, сразу охладить в холодной воде и дать ей стечь. Плотно уложить ягоды в банки, залить кипящей водой, накрыть прокипяченными крышками.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 8–9 минут, литровые — 10–12 минут.

Немедленно укупорить, перевернуть, оставить на 24 часа.

Малина в собственном соку

Подготовленные ягоды выложить в эмалированную кастрюлю и подогревать на слабом огне, пока они не пустят сок. В горячем виде переложить в банки и пастеризовать при 90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут. Немедленно закатать.

Облепиха натуральная

Подготовленные ягоды облепихи уложить в сухие

стерилизованные банки до самого верха, накрыть прокипяченными крышками и поставить в прохладное место на 7–8 часов. За это время плоды осядут. Дополнить банки плодами из других банок.

Пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 15 минут.

Персики натуральные, половинками

Персики одинаковой зрелости и окраски очистить от плодоножек, вымыть в холодной воде, отсушить на полотенце. Разрезать по бороздкам на половинки, удалить косточки, плотно уложить в сухие стерилизованные банки. Залить кипящей водой, накрыть подготовленными (прокипяченными) крышками. Поставить банки в кастрюлю с нагретой до 55–60 °С водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 9 минут, литровые — 10 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном и оставить на 24 часа.

На литровую банку консервов расходуется около 700 г персиков.

Слива в собственном соку

Способ 1

Зрелые сладкие плоды сливы с отделяющейся косточкой разрезать на половинки, косточки удалить, сливу плотно уложить разрезом вниз в банки по плечики и стерилизовать в кипящей воде: литровые и двухлитровые банки — 30 минут. Закатать.

Способ 2

Зрелую сладкую сливу с неотделяющейся косточкой вымыть и опустить на 2–3 минуты в кипящую воду. Вынуть и сразу же уложить в банки. Стерилизовать в кипящей воде: литровые и двухлитровые банки — 30 минут. Закатать.

Способ 3

Зрелую сладкую сливу с отделяющейся косточкой разрезать на половинки и удалить косточки. Сливу положить в кастрюлю, добавить 1/2 стакана воды и подогревать на слабом огне, пока слива не пустит сок. Затем разложить сливу в банки и залить соком.

Пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут. Закатать, перевернуть вверх дном и оставить в таком положении на 24 часа.

> Все подготовительные операции — удаление черешков, косточек или сердцевин, очистка плодов от кожицы, снятие пушка с айвы и персиков и т. д. — нужно проделывать как можно быстрее, чтобы подготовленное сырье теряло как можно меньше биологически активных веществ.

Слива натуральная

Способ 1 (цельная)

Не вполне спелые, плотные сливы очистить, вымыть в холодной воде, затем бланшировать 2–3 секунды и немедленно переложить в холодную воду на 1–2 минуты (бланширование и быстрое охлаждение способствуют образованию сетки на кожице сливы, которая предупреждает появление трещин на плодах во время стерилизации). Выложить сливы в подготовленные банки и залить кипящей водой, накрыть крышками, поставить в кастрюлю с подогретой водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 7–9 минут, литровые — 9–11 минут, трехлитровые — 20 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

На литровую банку требуется около 700 г слив.

Способ 2 (с половинками)

Отобранные сливы вымыть, дать стечь воде, разрезать ножом по бороздке и удалить косточки. Половинки слив плотно уложить в подготовленные банки, залить горячей водой, накрыть крышками, поставить в кастрюлю с подогретой водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 9–10 минут, литровые — 10–12 минут, трехлитровые — 25 минут.

Банки немедленно укупорить, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

На литровую банку требуется около 800 г слив.

Сливы для пирогов

Способ 1 (цельные)

Твердые, не совсем зрелые плоды погрузить на 3–4 секунды в кипящую воду, затем на 1–2 минуты — в холодную. Такая подготовка предупреждает появление сетки на плодах во время стерилизации. Сливу плотно уложить в банки по плечики и залить кипящей водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 7 минут, литровые — 10, трехлитровые — 20 минут. Немедленно закатать.

Способ 2 (половинками)

Зрелые плоды разрезать на половинки, косточки удалить, половинки плотно уложить в банки разрезанной частью вниз и залить кипящей водой. Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 7 минут, литровые — 10, трехлитровые — 20 минут. Закатать.

Смородина красная натуральная

Ягоды отсортировать, промыть, отсушить, снять с кистей, но можно и оставить на кистях. Подготовленные ягоды (россыпь или кисти) опустить на 3–5 минут в кипящую воду, сразу остудить в холодной, дать стечь воде и плотно уложить в стерилизованные банки.

Залить крутым кипятком, прикрыть прокипяченными крышками.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 8–9 минут, литровые — 10–12 минут.

Немедленно закатать, перевернуть, оставить на сутки.

На литровую банку требуется примерно 900 г свежих ягод.

Смородина красная в собственном соку

Ягоды отделить от кистей, вымыть, обсушить и подогреть в кастрюле под крышкой, пока они не пустят сок. Горячие ягоды переложить в подогретые банки, уплотнить, чтобы они сверху были покрыты соком.

Пастеризовать при температуре 90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут. Закатать.

Смородина натуральная черная или красная

Отобрать крупные ягоды, вымыть и, отделив от веточек, заполнить ими банки по плечики. Наполненные банки залить кипящей водой и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут или пастеризовать при 90 °С, соответственно, 20 и 25 минут. Закатать.

Такую смородину используют зимой для приготовления компотов, киселей, джема, сладкой заливки, соуса и др.

Черешня в собственном соку

Способ 1

Целые и здоровые ягоды вымыть, обсушить и уложить в банки по плечики. Из перезревших и мятых ягод приготовить сок, добавить в него лимонную кислоту из расчета 3 г на 1 л сока. Сок довести до кипения и залить им ягоды в банках.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15–20 минут, литровые — 20–25, трехлитровые — 45 минут. Закатать.

Способ 2 (без косточек)

Хорошо вызревшие ягоды вымыть, удалить косточки. Подготовленные ягоды плотно уложить в банки и добавить лимонную кислоту из расчета 3 г на 1 кг очищенных ягод. Стерилизовать в кипящей воде: литровые банки — 18–20 минут. Закатать.

Способ 3 (отборная)

Подготовленные ягоды (перебранные, перемытые, отсушенные) переложить в банки, потряхивая их и постукивая рукой по дну, чтобы уплотнить.

Стерилизовать в кипящей воде. По мере оседания ягод в банках дополнять их из другой, соседней. Последнюю добавку вводить не позднее чем за 10 минут до окончания стерилизации. Для литровых банок, наиболее удобных для приготовления этих ягод, общее время стерилизации составляет 20–25 минут.

После стерилизации банки немедленно укупорить, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Черешня натуральная

Ягоды перебрать, вымыть, отсушить на полотенце, удалить плодоножки, плотно уложить в подготовленные банки. Залить кипящей водой, накрыть прокипяченными крышками, поставить в

кастрюлю с подогретой водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 12 минут.

Немедленно закатать крышки, банки перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

В связи с недостаточным содержанием кислоты в черешне рекомендуется в каждую банку всыпать лимонную кислоту из расчета 0,5 г на пол-литровую банку (то есть 1 г на литровую и т. д.).

Для этого рецепта пригодна и белая, и розовая, и красная черешня.

> Плодоножки вишен и черешен удаляют вручную, стараясь не вырвать с ними мякоть, чтобы предотвратить вытекание сока.

Черника натуральная

Свежесобранные ягоды очистить от чашелистиков, удалить незрелые, мягкие и поврежденные. Промыть в холодной воде, отсушить на полотенце, уложить в стерилизованные банки.

Залить кипящей водой, прикрыть подготовленными крышками.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 9–10 минут, литровые — 10–12 минут.

Немедленно закатать, перевернуть банки вверх дном, оставить на сутки.

Черника в собственном соку пастеризованная

Подготовленные и промытые ягоды положить в кастрюлю и подогреть под крышкой на слабом огне. Когда ягоды покроются соком, переложить их в подогретые банки и пастеризовать при 90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые и трехлитровые — 20 минут. Закатать.

Яблоки натуральные

Целые или нарезанные дольками и очищенные яблоки на 3–5 минут опустить в горячую воду (температура 85–90 °С), затем охладить в холодной воде и уложить в банки по плечики. Яблоки залить горячей водой и стерилизовать в кипящей воде: литровые

банки — 20 минут, двухлитровые — 30, трехлитровые — 55 минут. Закатать.

Яблоки в смородиновом соке

1 кг яблок, по 500 г красной и черной смородины или 1 кг только красной.

Смородину снять с кистей, удаляя больные и недозрелые ягоды, тщательно вымыть и с небольшим количеством воды распарить в эмалированной кастрюле под крышкой. В горячем состоянии протереть эту массу через сито, полученный густой сок перелить в стерилизованные банки, заполняя их наполовину.

К этому времени подготовить яблоки: вымыть, отсушить, разрезать на половинки или четвертушки, очистить, удалить сердцевину.

Подготовленные яблоки опустить в банки с соком так, чтобы они были полностью в него погружены. Уровень сока должен быть на 1–2 см ниже верхнего края банки.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 25–30 минут, литровые или двухлитровые — 30–35 минут.

Закатать, перевернуть, оставить на сутки.

Закатываем без стерилизации

Клюква натуральная

Крупные зрелые ягоды уложить в банки по плечики и залить кипящей водой по края горлышка. Через 2–3 минуты воду слить, довести до кипения и вновь залить ягоды в банках так, чтобы вода слегка перелилась через края горлышка. Банки сразу же укупорить и перевернуть вверх дном до полного остывания.

Крыжовник дробленый для пирогов

Спелый крыжовник промыть, размять деревянной ложкой, залить горячей водой (1/4 стакана воды на 1 кг ягод), поставить на огонь и, непрерывно помешивая, нагревать в течение 30 минут, но не доводить до кипения. Затем отжать сок, пока он не остыл, разлить в банки, простерилизовать и закатать. В оставшуюся массу добавить по вкусу сахар (можно без сахара), снова подогреть почти до кипения, но не кипятить. Сразу же

переложить в банки и закатать.

Такой крыжовник — отличная начинка для пирогов, можно использовать его и для приготовления компотов и киселей.

Малина в смородиновом соке

1 кг малины, 200 мл (стакан) сока из красной смородины.

Чистую, зрелую, но крепкую малину залить свежеприготовленным соком из красной смородины на 2 часа, затем все вместе прокипятить, разлить в сухие стерилизованные банки, закатать прокипяченными крышками. Банки перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Сливы уваренные

Спелые сливы, плотные, с хорошо отделяющейся косточкой (лучше всего сорт Венгерка) перебрать, удалить плодоножки, отсортировать поврежденные плоды, хорошо промыть. Обсушить на полотенце, разрезать на половинки, вынуть косточки, уложить в эмалированную кастрюлю. Не закрывая крышкой, уваривать в течение 15 минут на слабом огне.

Переложить в горячем виде в нагретые стерилизованные сухие банки, накрыть прокипяченными крышками, закатать их, перевернуть банки вверх дном, оставить на сутки.

Такие сливы можно зимой использовать как несладкое повидло, а можно, добавив сахар, приготовить настоящее повидло или джем.

Бутыли с герметичными пробками

Вишня натуральная садовая

Этот рецепт предназначен для тех, у кого есть свой вишневый сад или хотя бы одно, но урожайное вишневое деревце.

Собрать крепкие зрелые вишни, всыпать их сразу в чистые сухие бутылки, постоянно встряхивая, чтобы уплотнить ягоды. Закупорить чистыми пробками, поставить закупоренные бутылки в высокую кастрюлю, выложив дно сеном или поставив деревянный поддон, влить в кастрюлю холодную воду, чтобы она закрывала бутылки до горлышка, и кипятить на маленьком огне в течение 1 часа (с момента закипания). Затем отставить кастрюлю

до полного остывания воды. Остывшие бутылки вынуть из кастрюли, засмолить, закопать в песок (если есть погреб) или хранить в холодном месте (температура не должна быть ниже 3 °С).

Из таких вишен зимой приготавливают компоты, делают вареники.

Малина натуральная

Свежесобранную, зрелую крепкую малину перебрать, тотчас ссыпать в сухие пропаренные бутылки, потряхивая. Закупорить прокипяченными пробками и поставить в кастрюлю с деревянным поддоном или толстой тряпкой на дне, залить холодной водой, варить 1 час, вставить кастрюлю. Когда вода остынет, вынуть бутылки, засмолить, закопать в песок или убрать на холод (но чтобы не замерзли).

Из таких ягод приготавливают зимой компоты или мороженое.

Черная смородина натуральная

Свежесобранные кисти ягод вымыть, отсушить, снять с веточек, высыпать в неокисляющуюся кастрюлю с небольшим количеством воды (слоем в 1–2 см) и кипятить, не закрывая крышкой, 2–3 минуты с момента закипания.

Немедленно перелить смородину в горячую сухую стерилизованную бутыль, герметично закупорить прокипяченной и высушенной пробкой и залить расплавленным воском или сургучом.

Хранить в прохладном месте.

На скорую руку: никакой герметичности

Брусника с яблоками

Бруснику вместе с очищенными от сердцевины и семян, но с кожурой яблоками, нарезанными дольками, прогреть в закрытой посуде в духовке в течение часа. Переложить в чистые банки, дать остыть, закрыть полиэтиленовыми крышками и поставить в холодное место.

Приправа из гранатового сока

Эта приправа представляет собой уваренный гранатовый сок. Ее называют соус «нашараби».

Отжать из плодов граната сок, слить в неокисляющуюся кастрюлю, довести до кипения и на слабом огне уваривать, пока объем не уменьшится втрое. Затем охладить и разлить в сухие стерилизованные стеклянные банки. Закрыть полиэтиленовыми крышками.

Хранить в сухом холодном месте.

Черника в собственном соку уваренная

Подготовленные, промытые и отсушенные на полотенце ягоды положить в эмалированную посуду и подогревать на слабом огне.

Когда ягоды закипят, варить их на слабом огне еще 5–7 минут. Затем сок слить через дуршлаг, а ягоды переложить в сухие стерилизованные банки, заполняя их до плечиков.

Сок уварить наполовину, снимая пену. Уваренным соком залить банки с ягодами и закрыть чистыми полиэтиленовыми крышками или обвязать пергаментной бумагой.

Хранить в сухом холодном месте.

Сливовый «сыр»

Обтереть сливы досуха, уложить в огнеупорный керамический горшок, запечь в духовке на очень слабом огне. Когда сливы испекутся, слить сок и варить на легком огне, непрестанно помешивая. Пробовать ложечкой: если, остывая, начнет застывать как желе, снять с огня и тотчас слить в широкий горшок или банку с широким горлышком.

После полного остывания завязать, держать в холодном, но сухом месте. Резать как сыр. Подавать к водке.

Из оставшихся после отделения сока слив приготовить пюре с медом или сахаром.

Яблочный «сыр»

На 1 кг яблочной массы — 1 столовая ложка тмина.

Яблоки вымыть, нарезать, не очищая, дольками, выложить в

кастрюлю, влить немного воды, варить на слабом огне до загустения. Горячую массу протереть через сито, взвесить, добавить положенную порцию тмина, размешать, выложить в плотную чистую ткань (натуральную, не синтетику) и поставить под гнет на 3 суток (в прохладном месте).

Отжатый «сыр» смазать по всей поверхности растительным маслом и обвалять в семенах тмина. Хранить в прохладном месте.

Такой «сыр» прекрасно сохраняется. Кроме того, это идеальный продукт для детского и диетического питания.

Плодово-ягодное пюре

Пюре — это протертая или дробленая плодовая масса, которая в дальнейшем используется для приготовления соков с мякотью, кондитерских изделий, различных третьих блюд и др. Для пюре пригодны плоды любого качества, лишь бы они годились в пищу. Форма, величина, окраска плодов существенной роли не играют.

Подготовка плодов к консервированию включает мойку, отбраковку непригодных в пищу плодов и нагревание. При нагревании ткани плодов размягчаются, а потому их легче протирать. Нагревание способствует также улучшению качества пюре. Нагревать плоды можно несколькими способами: разваривать в воде, пропаривать и тушить.

Разваривают плоды в кастрюле под крышкой. Плоды заливают небольшим количеством воды. Вода под крышкой быстро закипает, и образующийся пар распаривает плоды. Хорошо распаренные плоды легко прокалываются деревянной палочкой.

Для *нагревания паром* плоды помещают в дуршлаг или марлевый мешок, который вставляют в кастрюлю и накрывают крышкой. На дно кастрюли наливают воду, причем так, чтобы уровень ее не доходил до уровня плодов на 2–4 см. Под действием пара, образующегося при кипении воды, плоды размягчаются. При этом способе нагревания потери питательных веществ минимальны.

Для размягчения плодов *способом тушения* плоды укладывают на противень, в кастрюлю или таз и пекут в печи или духовке до готовности.

Подготовленные одним из перечисленных способов плоды протирают через специальное протирочное приспособление, дуршлаг или сито с размером отверстий 1–1,5 мм. Ягоды с мелкими семенами лучше всего протирать через волосяное сито, чтобы отделить семена.

Консервируют пюре способом горячего розлива или пастеризацией (с последующей закаткой), в зависимости от величины тары.

> В домашнем хозяйстве обязательно должен быть деревянный пестик (толкушка с плоским основанием), предназначенный только для обработки ягод. Ни для каких других целей (например, для приготовления картофельного пюре) использовать его не следует.

Стерилизуем и закатываем

Пюре из абрикосов

Зрелые сладкие абрикосы разрезать на половинки, удалить косточки, протереть через сито или пропустить через мясорубку, к которой прикреплено ситечко. Пюре будет более нежным, если взбить его миксером.

Пюре прогреть, не доводя до кипения, разложить в сухие стерилизованные банки и стерилизовать в кипящей воде 15 минут. Немедленно закатать крышками, банки перевернуть и оставить на сутки.

Пюре из алычи

Для пюре использовать кислые зеленые плоды в стадии созревания. Перебрать, удалить плодоножки, хорошо промыть, переложить в эмалированную кастрюлю. Залить небольшим количеством крутого кипятка или прогретого малинового сока, плотно закрыть крышкой и варить 8–10 минут на сильном огне, чтобы плоды растрескались.

Горячую алычу порциями переложить в эмалированный дуршлаг и протирать деревянной ложкой, пока в дуршлаге не останутся только косточки и шкурки плодов.

Пюре довести до кипения и сразу разложить в сухие горячие стерилизованные банки, немедленно закатать, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Для аромата в каждую банку можно положить сверху веточку базилика или пеларгонии, но предварительно надо промыть их в кипяченой воде и хорошо отсушить.

Если пюре из алычи предполагается использовать как приправу к супам, соусам, вторым блюдам, то для аромата в

каждую банку можно положить мелко нарезанные укроп, петрушку или сельдерей.

Пюре из земляники

Спелую землянику ярко-красного цвета перебрать, промыть в дуршлаге под слабым холодным душем. Отсушить ягоды на полотенце, удалить чашелистики. Затем протереть землянику через волосяное сито или пропустить через мясорубку, к которой прикреплено ситечко; можно использовать и миксер. Прогреть пюре до 60–70 °С.

Разлить приготовленное пюре в бутылки, не доливая 6–7 см до верхнего края, укупорить прокипяченными и высушенными пробками. Стерилизовать 10 минут, положить на бок и оставить до полного остывания.

Пюре из клюквы

Зрелые красные ягоды перебрать, промыть, высыпать в кастрюлю и бланшировать в течение 5 минут. Горячую массу протереть через дуршлаг или редкое сито. Пюре прокипятить, влить в подготовленные банки, накрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с горячей водой.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 8–9 минут, литровые — 9–10 минут.

Банки немедленно закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Пюре из персиков

Зрелые сочные персики промыть, отсушить на полотенце. Аккуратно снять (срезать) верхнюю кожицу и вырезать косточки. Пропустить через мясорубку. Пюре разложить в подготовленные банки, поставить в кастрюлю с подогретой водой, постепенно довести до кипения и стерилизовать в кипящей воде: литровые банки — 20 минут.

На литровую банку идет около 1,5 кг свежих персиков.

Пюре из ревеня

Черешки листьев весеннего и раннелетнего сбора вымыть, снять с них кожицу. Нарезать черешки кусочками. В эмалированную кастрюлю налить немного воды, положить в нее ревень и распарить до размягчения, после чего раздавить деревянным пестиком. Горячей массой наполнить подготовленные банки и пастеризовать при 90 °С: пол-литровые банки — 25 минут, литровые — 30–35 минут.

Пюре из слив

Зрелые сладкие сливы с хорошо отделяющейся косточкой промыть, разрезать пополам, удалить косточки. Половинки слив положить в кастрюлю, влить немного воды (стакан воды на 1 кг половинок слив), закрыть крышкой и проварить на слабом огне 5–8 минут с момента закипания. Помешивать, чтобы сливы не подгорели. Горячие сливы протереть через волосяное сито или пропустить через мясорубку.

Готовое пюре разлить в подготовленные литровые банки и стерилизовать в кипящей воде 10 минут. Банки закатать и перевернуть вверх дном.

Можно обойтись и без стерилизации. В этом случае протертые сливы вылить в эмалированную кастрюлю, довести до кипения, сразу доверху разлить в сухие подогретые стерилизованные банки или бутылки, герметично укупорить (закатать или закрыть подготовленными пробками), перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

На литровую банку пюре требуется примерно 1,2 кг свежих слив.

Пюре из шиповника

Спелые твердые плоды шиповника промыть, очистить от плодоножек и высохших чашелистиков, разрезать вдоль, очистить от семян и волосинок, находящихся внутри.

Подготовленные плоды залить кипятком, закрыть крышкой и тушить 10–15 минут до размягчения. В горячем виде протереть через сито или пропустить через мясорубку. Пюре быстро довести до кипения, разлить в литровые банки или бутылки, поставить их в кастрюлю с горячей водой и стерилизовать в кипящей воде 15 минут.

Пюре из шиповника особенно полезно для детей и ослабленных людей; можно добавлять к другим пюре, чтобы

обогатить их витаминами.

Пюре из яблок

Свежие яблоки вымыть, нарезать дольками и вместе с семенами распарить в кастрюле под крышкой с небольшим количеством воды. Когда яблоки разварятся, массу протереть через сито, разложить в банки и пастеризовать при 85 °С: литровые банки — 25 минут, двухлитровые — 40, трехлитровые — 50 минут.

На литровую банку идет около 1,5 кг яблок.

Пюре яблочно-земляничное (или яблочно-малиновое)

800 г яблочного пюре, 200 г земляничного пюре (или малинового).

Приготовленное яблочное и земляничное пюре смешать, подогреть, разложить в банки и пастеризовать при 85 °С: литровые банки — 25 минут, двухлитровые — 40, трехлитровые — 50 минут.

Пюре яблочно-сливовое

650 г яблочного пюре, 350 г сливового пюре.

Приготовленное яблочное и сливовое пюре смешать, подогреть, разложить в банки и пастеризовать при 85 °С: литровые банки — 25 минут, двухлитровые — 40, трехлитровые — 50 минут.

Пюре яблочно-тыквенное

1 кг яблок, 1 кг тыквы, 1 чайная ложка тертой лимонной или апельсиновой цедры, сахар по вкусу.

Яблоки, не очищая, разрезать на дольки, соединить с нарезанной кусочками тыквой и варить на пару (в кастрюле-пароварке или соковарке) 10–15 минут до мягкости. Горячую массу протереть через дуршлаг или сито, добавить цедру.

Готовое пюре, помешивая, прогреть до 90 °С и немедленно уложить в подготовленные банки.

Пастеризовать при 90 °С: литровые банки — 10–12 минут.

Пектиновая заготовка из яблок (для желе, джема и т. п.)

Пектиновая вытяжка из яблок содержит большое количество пектина. Ее используют в качестве добавки к плодам и ягодам с низким содержанием пектина, например, при получении мармелада, желе, джема. Для приготовления пектиновой вытяжки используют кислые, недозрелые яблоки, падалицу кислых сортов, а также очистки, то есть кожицу и семенные камеры, в которых пектина больше, чем в мякоти. Для этой же цели можно использовать и выжимки после прессования.

Целые яблоки измельчить ножом, на терке или в мясорубке. Подготовленное сырье положить в кастрюлю, залить водой (1 л воды на 1 кг яблок или 1,5–2 л воды на 1 кг очисток или выжимок) и добавить 2 г лимонной кислоты на каждый литр воды. Варить на слабом огне: яблоки — 40–50 минут, очистки и выжимки — 60–70 минут. После этого отцедить сок через сложенную вдвое марлю или плотное полотно и уварить до 1/4 объема. Для этого сок вылить слоем не более 3 см в посуду с широким дном и подогреть, не допуская кипения. Когда пектиновая вытяжка уварится, использовать ее для добавки к другим плодово-ягодным консервам или убрать на хранение. Для этого вытяжку разлить в горячие бутылки или банки и пастеризовать при температуре 90 °С около 10 минут. Закатать и сразу же охладить.

Закатываем без стерилизации

Пюре из вишни

Свежие спелые вишни промыть, отсушить на полотенце, удалить плодоножки и косточки. Затем (в сыром виде или предварительно потушив под крышкой 10 минут в собственном соку) протереть через волосяное сито.

Пюре довести до кипения и сразу разлить в подготовленные банки, наполняя их доверху. Немедленно закатать, перевернуть, оставить на сутки.

Пюре из груш

Для пюре надо взять зрелые сладкие душистые груши.

Груши промыть, очистить от сердцевины и кожицы, нарезать дольками, потушить с небольшим количеством воды до мягкости.

Когда они разварятся, протереть их в горячем виде через сито или пропустить через мясорубку. Полученное пюре довести до кипения. Немедленно заполнить доверху подготовленные банки и закатать.

Пюре из земляники или малины

Ягоды тщательно промыть, отсушить на полотенце, очистить и в холодном виде протереть через сито. Затем протертую массу нагреть на огне до кипения и кипятить 1 минуту. Немедленно расфасовать в сухие нагретые банки или бутыли емкостью 3–10 л и герметически укупорить.

Пюре из черной смородины

1 кг ягод черной смородины, 100 мл (1/2 стакана) воды.

Ягоды снять с кистей, перебрать, промыть. В кастрюлю влить положенную порцию воды, дать ей закипеть, всыпать смородину и распарить под крышкой в течение 2–3 минут (с момента закипания). В горячем виде протереть через сито.

Пюре поставить на слабый огонь, довести до кипения, после чего сразу разлить в сухие горячие банки и закатать.

Такое пюре можно фасовать не только в банки, но и в бутыли вместимостью 3–10 л, которые надо немедленно герметически укупорить.

Плодово-ягодные соки

Для приготовления сока берут свежесобранные плоды и ягоды в стадии полной зрелости. Сок из перезрелых плодов плохо выделяется и хуже по качеству. В соке из недозрелых плодов меньше биологически активных веществ.

Натуральные соки вырабатывают из одного вида сырья без добавления сахара.

Консервировать соки лучше всего в емкостях, чтобы их можно было употребить за один прием.

Для приготовления сока из целых плодов и овощей их предварительно измельчают. Причем сырье не надо измельчать чересчур сильно — из такой мезги сок плохо отделяется и остается очень мутным. Следует стремиться к средней степени измельчения плодов, чтобы при отжиме мезги в ней образовались канальца для вытекания сока.

Мезга некоторых ягод и плодов (черная смородина, крыжовник, брусника, слива) содержит много пектиновых веществ и потому плохо отделяет сок. Чтобы облегчить его отделение, на 10 л мезги добавляют 1,2 л воды, подогревают до 50–60 °С, а затем прессуют. Сливу лучше сначала проварить в кипящей воде 3–4 минуты и только потом измельчать.

Из твердых плодов, а иногда и ягод сок можно получать путем разваривания их в воде. Крупные плоды режут на кусочки, а ягоды кладут целиком в эмалированную кастрюлю, заливают небольшим количеством горячей воды. На слабом огне доводят воду до кипения и варят плоды под крышкой несколько минут. Сок отцеживают, разливают в посуду, пастеризуют и укупоривают.

> В домашних условиях полностью осветлить сок очень сложно, да и не так уж необходимо. Для этого сок сначала процеживают через прокипяченную фланель или сложенную в 3–4 слоя марлю, а затем подогревают до 75–80 °С в течение 3–4 минут. Лучше всего подогревать сок не на огне, а на водяной бане (над кипящей водой). Подогретый сок сразу же охлаждают, поместив емкость с соком в холодную воду. Охлажденный сок отстаивают 2 часа, после чего прозрачный сок сливают с помощью резиновой трубки в чистую посуду.

Стерилизуем и закатываем

Сок абрикосовый с мякотью

Для сока с мякотью требуются зрелые или перезрелые абрикосы, но без пятен и червоточин.

Абрикосы очистить от плодоножек, вымыть, отсушить на полотенце, удалить косточки. Уложить плоды в эмалированную кастрюлю, добавить 1 стакан воды на 2 кг подготовленных плодов. Кипятить 10 минут, затем в горячем виде протереть через сито или дуршлаг с маленькими отверстиями.

Полученным соком наполнить сухие стерилизованные банки на 1 см ниже края. Поставить банки в кастрюлю с подогретой до 70 °С водой и довести до кипения.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Немедленно закатать, перевернуть банки вверх дном (бутылки положить на бок), оставить на сутки.

Соки с мякотью пригодны к употреблению без разбавления, но их можно смешивать по вкусу с кипяченой водой. Сок с мякотью можно добавлять как подливу в рисовую кашу, макароны; можно готовить из них фруктовые супы и соусы. Но во всех случаях соки добавляют в сыром виде в готовые блюда.

Во время хранения соки с мякотью могут разделиться на два слоя, поэтому перед употреблением их нужно тщательно взболтать.

Сок из айвы

Свежие плоды тщательно обтереть шерстяной тканью, чтобы удалить пушок, после чего вымыть их с мылом, отсушить на полотенце.

Пропустить подготовленную айву через мясорубку и отжать сок (сок можно отжать с помощью соковыжималки).

Сок процедить, разлить по банкам или бутылкам. Банки прикрыть крышками, бутылки укупорить пробками и пастеризовать при 80 °С (литровые банки — 20 минут), а затем закатать.

Можно поступить и по-другому: процеженный сок нагреть в большой посуде до 90 °С, а затем сразу разлить в стерилизованные бутылки (банки) и герметично укупорить стерилизованными пробками (крышками).

Айвовый сок можно смешивать с любым фруктовым или овощным соком.

Сок из актинидии

Актинидия растет на Дальнем Востоке; содержит большое количество витамина С. Для приготовления сока из актинидии пригодны только свежие зрелые ягоды.

Ягоды отсортировать, вымыть, дать стечь воде, немедленно отжать сок, профильтровать через марлю, сложенную в два слоя. Сок слить в эмалированную кастрюлю, нагреть до 90 °С в течение 10 минут и разлить в банки или бутылки. Накрыть крышками, поставить в кастрюлю с подогретой до 70 °С водой, после чего стерилизовать при слабом кипении воды в кастрюле: пол-литровые банки и бутылки — 10 минут, литровые — 15 минут.

После стерилизации банки или бутылки немедленно укупорить, проверить качество укупорки. Банки перевернуть

вверх дном, бутылки положить на бок. Охлаждение — воздушное.

Сок из алычи

Сок из алычи приготавливают так же, как сливовый (*см. «Сливовый сок»*).

Сок из боярышника

Ягоды перебрать, вымыть, пропустить через мясорубку. Мезгу переложить в приемник соковарки. Поставить заполненный приемник на сборник сока, налить в парообразователь воду. Накрыть соковарку крышкой и поставить на огонь.

По мере наполнения сборника сок из него сливать. Весь процесс обычно занимает 50–55 минут.

Полученный сок профильтровать, нагреть до кипения и кипятить 3–4 минуты. В горячем виде разлить сок в прогретые стерилизованные банки, накрыть прокипяченными крышками и пастеризовать при 85–90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Трехлитровые банки можно консервировать методом горячего розлива.

В сок боярышника перед пастеризацией можно добавить по вкусу сок из черной смородины, или клюквы, или барбариса, или яблок.

Сок виноградный натуральный

Способ 1

На сок используют зрелый свежесобранный виноград.

Промыть виноградные кисти, отсушить. Ягоды отделить от веточек, измельчить ножом из нержавеющей стали: лучше всего это делать на доске с прорезями, поместив ее над эмалированной миской или кастрюлей. Измельченные ягоды процедить через холст или марлю.

Весь сок прогреть в эмалированной кастрюле до 80–85 °С, немедленно разлить в сухие стерилизованные банки или бутылки, накрыть прокипяченными крышками и пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Способ 2

Подготовленный виноград размять деревянным пестиком в керамическом горшке (можно в эмалированной кастрюле), горшок плотно закрыть и поставить до следующего дня в холодное место.

Затем выжать сок, профильтровать через 3–4 слоя марли, перелить в сухие стерилизованные банки и пастеризовать при 80 ˚С в течение 10 минут (литровые банки). Немедленно закатать, перевернуть банки вверх дном и оставить на сутки.

Сок гранатовый

Плоды тщательно вымыть, разрезать на половинки и быстро отпрессовать. При медленном прессовании сок приобретает очень терпкий вкус, так как в него от кожуры переходит большое количество дубильных веществ.

Полученный сок профильтровать через слой редкой марли в эмалированную кастрюлю и нагреть до 85 ˚С, а затем немедленно разлить в подготовленные банки или бутылки. Сразу же накрыв стерилизованными жестяными крышками или заткнув прокипяченными пробками, поставить их в бак с водой, нагретой до 80 ˚С.

Пастеризовать при 80 ˚С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые банки — 20 минут, трехлитровые банки — 40 минут.

При хранении гранатовый сок осветляется, а на дне отстаивается осадок бурого цвета. Поэтому перед употреблением сок наливать из бутылки или банки надо очень осторожно, чтобы не взболтать осадок.

Для получения 1 л гранатового сока требуется около 3,5 кг плодов.

Сок грушевый

Подготовленные плоды измельчить и отжать сок в соковыжималке, а затем процедить через марлю.

Процеженный сок разлить в литровые или двухлитровые бутылки, укупорить пробками и пастеризовать при 80 ˚С в течение 15 минут.

Если сок предполагается разливать в большие бутыли (емкостью, например, 5 л или более), то действуют по-другому: процеженный сок довести до кипения, после чего сразу же разлить его в бутыли, укупорить прокипяченными пробками.

Бутылки положить на бок до полного охлаждения, затем залить пробки парафином.

Хранить в темном прохладном месте.

Сок из жимолости

1 кг ягод жимолости, 1,5 л воды.

Ягоды должны быть спелыми. Промыть их, отсушить, измельчить деревянным пестиком в неокисляющейся посуде, добавить кипяченую воду с температурой 60–70 °С, дать настояться 30 минут, затем отжать сок.

Консервировать можно как способом пастеризации при температуре 85 °С в течение 15–20 минут, так и методом горячего розлива.

> Для защиты организма от радиации полезно регулярно употреблять в пищу столовую красную свеклу, чеснок, все темноокрашенные соки, морковь, красный сладкий перец, петрушку, щавель, зеленый лук, сельдерей, помидоры, капусту, подсолнечник, все виды орехов, все злаковые, яблоки, семена льна, абрикосы. Очень полезно употреблять мед.
>
> Полезны и морские продукты, в том числе салаты и икра из морской капусты.

Сок из ирги

Ягоды ирги плохо отдают сок, поэтому их надо предварительно рассыпать слоем толщиной 5 см и выдержать в течение 7–8 дней. Ягоды считаются готовыми, если при нажатии на них пальцем сок будет легко отделяться.

Подготовленные ягоды размять и отжать сок. Профильтровать, подогреть до 85–90 °С, разлить в сухие горячие стерилизованные банки, поставить в кастрюлю с нагретой водой.

Пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Банки сразу же закатать, перевернуть, оставить на 24 часа.

Сок из калины по-польски

Ягоды отделить от плодоножек, вымыть, отсушить на полотенце, положить в полиэтиленовые пакеты и выдержать в

морозильнике несколько дней, тогда ягоды не будут горчить. Затем калину разморозить, измельчить, отжать сок, довести до кипения, слегка уварить. Фасовать в горячем виде и пастеризовать при 80 °С: пол-литровые банки или бутылки — 10–15 минут.

Сок клубничный

На сок надо брать ягоды зрелые, но мелкие и плотные, целые, свежие и без повреждений. Хорошего качества сок получается из мелкоплодных, интенсивно окрашенных сортов, к которым относятся Киевская, Коралка, Комсомолка, Мысовка, Саксонка и др.

Отсортированные ягоды вымыть. Для этого клубнику аккуратно высыпать в ведро, заполненное водой, и осторожно помешать рукой. Ягоды всплывут, а земля и песок осядут на дно. Руками переложить ягоды в дуршлаг (можно порциями), дать стечь воде, удалить чашелистики, переложить клубнику в эмалированную кастрюлю, раздавить деревянной толкушкой, закрыть крышкой и оставить на 3–4 часа, не более (такая выдержка способствует разжижению сока). Затем на 1 кг давленой массы добавить 100 мл (1/2 стакана) воды, перемешать, полученную массу выложить в холщовый мешочек, поместить его в корзину пресса. Как только выделение сока уменьшится, давление в прессе увеличить.

Если прессование идет трудно, то массу, помешивая, нагреть до 60 °С, выдержать при этой температуре 3 минуты и вновь спрессовать.

Полученный сок отфильтровать через конусный матерчатый фильтр для удаления грубых взвесей, слить в эмалированную кастрюлю, нагреть до 85 °С, выдержать при этой температуре в течение 5 минут. В горячем состоянии разлить в банки и бутыли, прогретые на пароводяной бане, накрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с подогретой до 60 °С водой и пастеризовать при 85–90 °С: пол-литровые банки — 12 минут, литровые — 15 минут, трехлитровые — 20 минут.

После пастеризации банки или бутыли немедленно укупорить и, проверив качество укупорки, перевернуть для дополнительной стерилизации крышек. Охлаждение — воздушное.

Клубничный сок из мезги

Полученная после прессования мезга содержит большое количество экстрактивных веществ и пригодна для вторичного использования. Мезгу выложить в эмалированную кастрюлю, добавить охлажденную до 40 °С кипяченую воду из расчета 1 л на 5 кг мезги, перемешать, выдержать 5 часов, снова выложить в холщовый мешочек и прессовать. Полученный сок отфильтровать, добавить к первоначально полученному, перемешать. Далее стерилизовать в кипящей воде и укупорить.

Малиновый сок с мякотью

Подготовленную малину растолочь пестиком в кастрюле, протереть через сито, слить сок в чистые стеклянные пол-литровые банки или бутылки, пастеризовать при 85 °С в течение 15 минут, укупорить.

Сок из морошки

Свежесобранные ягоды перебрать, промыть в проточной воде и пробланшировать; дуршлаг с небольшой порцией ягод опускать на 20–30 секунд в кипящую воду. Отжать сок на соковыжималке или вручную через два-три слоя марли, размяв предварительно в эмалированной посуде.

Сок профильтровать, нагреть в эмалированной кастрюле до 85 °С, разлить в подготовленные банки, накрыть прокипяченными крышками и пастеризовать при 85–90 °С: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 15 минут, трехлитровые — 30 минут.

Банки герметично укупорить крышками, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Рябиновый сок

2 кг рябины, 2 л воды.

Рябину промыть, залить водой и варить до размягчения, затем протереть через сито, отжать, разлить в подготовленные банки и простерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Сливовый сок

Отсортированные плоды вымыть, дать стечь воде, разломить на половинки, удалить косточки, уложить в эмалированную кастрюлю, влить воду из расчета 1,5 л на 10 кг плодов, нагреть до 75 °С и выдержать при этой температуре в течение 25 минут. Затем немедленно выложить в холщовый мешочек, заполняя его на 30–40 % (не больше), поместить мешочек со сливами в корзину пресса и приступить к прессованию. Как только выделение сока уменьшится, давление в прессе увеличить.

Полученный сок отфильтровать через конусный матерчатый фильтр для удаления грубых взвесей, а мезгу извлечь из пресса, выложить в эмалированную кастрюлю, залить кипяченой водой из расчета 1–2,5 л на 20 кг мезги и выдержать на холоде 5–6 часов. Затем снова загрузить в холщовый мешочек, уложить в корзину пресса и подвергнуть прессованию.

Вторичный сок добавить к соку первого отжима или использовать его для приготовления сахарного сиропа для компотов и подслащивания сливового сока.

Отфильтрованный сок слить в эмалированную кастрюлю, нагреть до 85 °С и выдержать при этой температуре 10 минут. Затем его разлить в горячем виде в банки или бутылки, прогретые на пароводяной бане, накрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с подогретой до 60 °С водой и пастеризовать при температуре 85 °С: пол-литровые банки — 20 минут, литровые — 25 минут, трехлитровые — 20–30 минут.

После пастеризации банки или бутыли немедленно укупорить и, проверив качество укупорки, перевернуть для дополнительной стерилизации крышек (бутыли положить на бок). Охлаждение — воздушное.

Сливовый сок можно консервировать без последующей пастеризации. Для этого его нагреть до кипячения, выдержать 5–8 минут при слабом кипении и немедленно разлить в банки или бутыли, подогретые на пароводяной бане. Накрыть прокипяченными крышками, укупорить, проверить качество укупорки и перевернуть для воздушного охлаждения.

Сезон приготовления — август — сентябрь.

Для приготовления сока сливы должны быть зрелыми, без червоточин и помятости. Лучшего качества сок получается из поздносозревающих сортов.

В связи с тем что слива плохо отдает сок во время прессования, ее обычно бланшируют в небольшом количестве воды. Однако бланшировать сливы лучше не в воде, а паром. Плоды при этом размягчаются, но не разваривaются. Из разваренных плодов выход сока при

последующем прессовании будет затруднен.

Сок из белой смородины

Белая смородина — очень нежные ягоды, и перерабатывать их на сок необходимо в день сбора.

Ягоды отделить вручную от кистей (иначе сок может иметь неприятный травянистый привкус), перебрать, вымыть, отсушить и раздавить в эмалированной посуде деревянной толкушкой. Сок от мезги отделяется легко: его можно отжать вручную, поместив мезгу в мешочек, на прессе или соковыжималке.

Полученный сок можно консервировать двумя способами: горячим розливом или пастеризацией.

Горячий розлив: сок подогреть до 95 °С, сразу разлить в сухие стерилизованные банки доверху (так, чтобы немного выплеснулось наружу), закатать их прокипяченными крышками, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Пастеризация: залить подготовленные банки подогретым до 80 °С соком (не доливая до края банки 1–1,5 см) и пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут, трехлитровые — 30 минут. Закатать банки крышками, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Сок из черной смородины пастеризованный

Отсортированные ягоды вымыть, дать стечь воде, отсушить на полотенце, пропустить через мясорубку.

> Во избежание потери витаминов мясорубка должна быть из неокисляющегося материала: из нержавеющей стали или эмалированная внутри.

Смолотые ягоды обработать паром. Для этого на дно бака установить металлическую решетку, на нее — эмалированную кастрюлю, а над нею — эмалированный дуршлаг, заполненный молотой ягодой. На дно бака налить воду слоем в 6–8 см, поставить бак на огонь, накрыть холщовой тканью, а сверху плотно закрыть крышкой.

Образующийся при кипении воды пар прогревает дробленую ягоду и способствует выделению сока, который постепенно стекает в кастрюлю вместе со сконденсировавшейся водой. Продолжительность обработки паром — 2 часа.

Полученный сок в горячем состоянии разлить в банки,

подогретые на пароводяной бане, накрыть прокипяченными крышками, установить в кастрюлю с подогретой до 60 °С водой и пастеризовать при температуре 85–90 °С: пол-литровые банки — 12 минут, литровые — 15 минут.

После пастеризации банки немедленно закатать и, проверив качество укупорки, перевернуть для дополнительной стерилизации крышек. Оставить на сутки.

Выход сока из черной смородины составляет 42–44 %.

Сок из мезги черной смородины

Выжимки (мезга), оставшиеся от приготовления натурального сока, содержат большое количество питательных веществ и витаминов, поэтому их используют для приготовления вторичного сока, который, в свою очередь, идет на приготовление киселей, желе, соусов и т. д.

Мезгу положить в эмалированную кастрюлю, добавить кипящую воду из расчета 1 л на 1 кг мезги, выдержать 4–5 часов, затем отжать сок, поставить на огонь и выдержать при слабом кипении в течение 5 минут. Затем немедленно разлить его в банки, подогретые на пароводяной бане, накрыть прокипяченными крышками, поставить в кастрюлю с подогретой до 60 °С водой и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Банки сразу закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Сок из черешни

Сок приготовляют из спелых здоровых ягод. Черешню тщательно промыть, отсушить, удалить черешки и косточки. Ягоды раздробить ножом, извлечь сок, профильтровать, подогреть в эмалированной кастрюле до 70 °С. Добавить по вкусу лимонную кислоту.

Горячий сок разлить в подготовленные банки или бутылки и пастеризовать при 80–82 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут, трехлитровые — 30 минут.

Сок из шиповника

Способ 1 (из крупноплодного шиповника)

Свежесобранные зрелые плоды крупноплодного шиповника тщательно обтереть шерстяной тряпкой для удаления волосков, промыть, удалить чашелистики и измельчить на мясорубке. В мезгу добавить 20–30 % кипяченой воды комнатной температуры, перемешать, выдержать 1–2 часа и выделить сок прессованием.

Полученный сок отстоять, снять с осадка, перелить в эмалированную кастрюлю, подогреть до 85 °С, в горячем состоянии разлить в пол-литровые или литровые банки, прогретые на пароводяной бане, накрыть прокипяченными крышками и пастеризовать 15 минут при температуре 90 °С.

Банки закатать, накрыть одеялом и оставить до полного остывания.

Способ 2 (из мелкоплодного шиповника)

Зрелые плоды мелкоплодного свежесобранного шиповника тщательно протереть шерстяной тряпкой, чтобы удалить волоски, промыть, удалить чашелистики и измельчить на мясорубке. В мезгу добавить 10 % кипяченой воды, подогреть до 55–70 °С и выделить сок прессованием. Тепловая обработка мелкоплодного шиповника, имеющего более плотную мякоть, необходима для лучшего извлечения растворимых веществ.

В выжимки добавить еще 25–30 % горячей воды, тщательно перемешать и прессовать вторично.

Соки первого и второго отжимов смешать, дать отстояться, снять с осадка, подогреть до 70–75 °С, в горячем виде разлить в банки, прогретые на пароводяной бане, накрыть прокипяченными крышками и пастеризовать при температуре 90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 25 минут.

Сок яблочный неосветленный

При изготовлении осветленного яблочного сока теряется значительное количество пектиновых веществ. Гораздо полезнее неосветленный яблочный сок.

Отжатый яблочный сок пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки и бутылки — 15 минут, литровые — 20, трехлитровые — 30 минут.

Закатываем без стерилизации

Сок брусничный

Для приготовления сока берут только полностью созревшие свежесобранные ягоды.

Ягоды размять, подогреть на слабом огне для лучшего выделения сока и прессовать. Сок довести до кипения и сразу же укупорить методом горячего розлива.

Брусничный сок можно консервировать и способом пастеризации.

Сок виноградный

Способ 1 (с помощью пресса)

Руками отделить зрелые ягоды от гребня и тщательно размять. Мезгу от винограда белых сортов сразу же прессовать. У винограда красных (окрашенных) сортов красящие вещества находятся в кожице, поэтому мезгу для лучшего выделения красящих веществ надо сначала нагреть, помешивая, до температуры 60–65 °С, охладить до 40 °С и затем прессовать. Полученный сок поставить на несколько часов в холодное место, дать отстояться. После отстоя с помощью резиновой трубки слить сок с осадка и профильтровать. Осветленный сок нагреть до 90–95 °С и сразу же разлить в подготовленные горячие бутылки или банки, укупорить прокипяченными крышками, закутать в одеяло и положить на бок до полного остывания.

Хранить в темном месте.

Способ 2 (ручной способ)

При отсутствии виноградного пресса виноградный сок можно приготовить по следующей схеме. Зрелый сладкий виноград вымыть, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя при этом поврежденные, гнилые и незрелые.

Отсортированные ягоды выложить в дуршлаг, установленный над эмалированным ведром, и размять деревянным пестиком или другим способом.

Полученный сок и мезгу слить в бутыль (в 10-литровую бутыль помещают 8 кг массы), накрыть марлей и поставить в теплое место (25–28 °С) на 2–3 дня.

В зависимости от сорта винограда и температурных условий, на 2–3-й день мезга всплывает, а сок остается в нижней части бутылки. Сок слить в эмалированную посуду через дуршлаг и фильтровать через капроновый фильтр или марлю.

Полученный сок кипятить в эмалированной посуде 15 минут и в кипящем состоянии разлить в банки или бутылки, подогретые на пароводяной бане, немедленно накрыть подготовленными

крышками, закатать и проверить качество укупорки. Перевернуть вверх дном. Охлаждение — воздушное.

Сезон приготовления — август — сентябрь.

Сок виноградный выпаренный

Подготовленный виноград размять и выпаривать в течение 1–1,5 часов. После этого немедленно разлить сок в чистые сухие бутылки и герметично укупорить прокипяченными пробками. Бутылки положить на бок, а когда они полностью остынут, залить пробки парафином.

Виноградный сок с мякотью

Для приготовления виноградного сока с мякотью взять спелый сладкий виноград, вымыть, дать стечь воде, отделить ягоды от кистей, удаляя при этом поврежденные, гнилые и незрелые, пропустить через специальную машинку для извлечения сока или соковыжималку в виде конусной насадки в мясорубке.

Полученный сок с мякотью слить в эмалированную посуду (если виноград недостаточно сладкий, можно добавить от 50 до 100 г сахара на 1 л сока), поставить на огонь и кипятить 15 минут, после чего в кипящем состоянии разлить в банки или бутыли, подогретые на пароводяной бане, накрыть крышками, немедленно закатать, проверить качество укупорки и перевернуть вверх дном. Охлаждение — воздушное.

Сезон приготовления — сентябрь — октябрь.

Сок вишневый

Способ 1

Вишню тщательно вымыть, удалить косточки, плоды размять и прессовать. Полученный сок налить в трехлитровую стеклянную банку, поставить на несколько часов в холодное место, после чего с помощью резиновой трубки слить с осадка. Консервировать способом горячего розлива в крупной посуде или пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки и бутылки — 15 минут, литровые — 20, трехлитровые — 30 минут.

Способ 2

Вишни отсортировать, отсушить, отделить косточки, мякоть пропустить через мясорубку (диаметр отверстий в решетке 6–7 мм) и прессовать. Сок перелить в эмалированную кастрюлю, дать отстояться 2–3 часа и профильтровать через 3–4 слоя марли.

Полученный осветленный сок нагреть до 92–95 °С, сразу заполнить доверху прогретые сухие стерилизованные банки, закатать их лакированными крышками и перевернуть вверх дном.

Оставшиеся после прессования выжимки вишни взвесить, положить в эмалированную кастрюлю, добавить воды (100–200 мл на 1 кг выжимки), перемешать, нагреть до 70–75 °С и настаивать 3–4 часа, после чего отпрессовать их. Этот сок использовать для варенья, киселя и т. п.

Для приготовления 1 л сока требуется примерно 1,7 кг свежей вишни.

Сок вишневый из мезги

1 кг мезги, 1 стакан воды.

В мезге после прессования вишни остается еще много полезных водорастворимых веществ. Для их извлечения залить мезгу горячей водой, тщательно перемешать, подогреть до 70 °С и отставить на несколько часов. Затем делать все так, как при изготовлении сока вишневого натурального (способ 1), то есть прессовать, отстаивать, снимать с осадка, фильтровать и консервировать.

Сок из войлочной вишни

Подготовленные зрелые ягоды размять деревянным пестиком, добавить лимонную кислоту (2 г на 1 кг ягод), размешать, поставить в холодное место на 12 часов, затем отжать.

Полученный сок профильтровать, вылить в эмалированную кастрюлю, довести до кипения и немедленно разлить в подготовленные банки или бутылки, герметично укупорить их (закатать или заткнуть прокипяченными пробками) и выдержать под одеялом до полного охлаждения.

Сок грушевый с крыжовником

2 л грушевого сока, 1,5 кг ягод крыжовника.

Приготовить свежий грушевый сок и залить им

подготовленные ягоды крыжовника. Нагреть до кипения и в горячем виде протереть через сито. Полученную смесь довести до кипения, разлить в сухие горячие стерилизованные банки и немедленно закатать стерилизованными крышками (бутылки заткнуть прокипяченными пробками, а когда остынут, залить пробки парафином).

Сок из ежевики

Подготовленные ягоды измельчить, отжать сок, профильтровать, довести до кипения. Немедленно перелить в нагретые сухие стерилизованные банки, закатать и выдержать под одеялом до полного остывания.

Или пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут, трехлитровые — 30 минут.

Для приготовления 1 л сока требуется примерно 1,8 кг свежесобранных ягод ежевики.

Сок из ирги

Ввиду малой кислотности сок из ирги обычно готовят с добавлением сока красной или белой смородины. Ягоды ирги сначала подвяливают, что повышает их сахаристость и улучшает аромат.

Затем ягоды дробят, мезгу прессуют, отжимают сок, который затем прогревают до 80 °С и разливают в подготовленные бутылки.

Сок из калины

2 кг калины, 250 мл воды.

Ягоды отделить от кистей, вымыть, залить холодной водой так, чтобы она только покрыла ягоды, и варить на слабом огне до их полного размягчения. Раздавить ягоды тыльной стороной ложки или пестиком и вместе с соком в горячем состоянии вылить в дуршлаг, выстланный двумя слоями марли и установленный на эмалированной кастрюле. Выжимки, оставшиеся в марле после стекания сока, отжать в ту же кастрюлю.

Полученный сок профильтровать через 3–4 слоя марли, затем нагреть до кипения и разлить в прогретые банки доверху, накрыть

их прокипяченными крышками, закатать, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Сок клюквенный

Ягоды измельчить деревянным пестиком или пропустить через мясорубку, переложить в кастрюлю и подогреть до 60–70 ˚С. Чтобы увеличить выход сока, на каждый килограмм дробленой массы добавить 3/4 стакана воды. Подогретую массу прессовать, сок процедить и подогреть до температуры 75–78 ˚С для осаждения белковых веществ. Снова процедить сок, довести до кипения, кипятить 2–4 минуты, разлить в большие (не менее 3 л) бутылки или банки, сразу же укупорить и положить на бок (бутылки) или поставить вверх дном (банки) до полного остывания.

В выжимках остается еще значительное количество биологически активных веществ. Для их извлечения выжимки заливают горячей водой и прессуют. Получают сок так называемого второго отжима. Его используют для приготовления купажированных соков.

Если натуральный сок (первого отжима) расфасовывают в пол-литровые или литровые банки, их надо пастеризовать при 85 ˚С, соответственно, 12 и 20 минут.

Сок из костяники

Костянику перебрать, вымыть в холодной воде и дать ей стечь. Подготовленные ягоды поместить в сборник соковарки, установить его на резервуар с водой и накрыть кожухом. Отводящий шланг перекрыть зажимом. В процессе получения сока необходимо следить за тем, чтобы не было бурного кипения воды в резервуаре, иначе вода выкипит, а выделяемый сок перегреется. Примерно через 30 минут наполнится соком первая банка. Слить ее обратно в сборник, так как в начале процесса сок еще недостаточно стерильный. Через 50–60 минут готовый сок слить в подготовленные банки, герметично укупорить, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Сок из крыжовника

Способ 1 (современный рецепт)

Для получения сока взять еще не полностью созревшие ягоды. Отсортировать и варить в кипящей воде (200 мл на 1 кг ягод) 5–8 минут при непрерывном помешивании, а затем раздробить. Горячую мезгу прессовать 3 раза. После второго прессования мезгу извлечь из пресса, добавить на 1 кг отжатой мезги 200 мл воды, довести массу до кипения, помешивая, и снова прессовать при небольшом давлении. Полученный сок фильтровать, подогреть и расфасовать в горячем виде.

При приготовлении желе, джема и вина сок крыжовника смешивают с другими соками.

Способ 2 (старинный рецепт)

Незрелый крыжовник измельчить в деревянной ступе, отжать сок, переложить в бутыль, положить туда 2–3 лимона, нарезанных ломтиками, без семян. Поставить на 2 недели на солнечное окно. Затем снять с осадка, разлить в подготовленные бутылки, положить в каждую по ломтику лимона, укупорить пробкой, залить парафином и хранить в холодном месте.

Такой сок в старину хранили 2–3 года, и вкус его при этом только улучшался.

Из сока крыжовника готовили желе, прибавив немного воды или лимонного сока.

Сок малиновый

1 кг малины, 150–200 мл воды.

Здоровые зрелые ягоды осторожно вымыть, очистить от чашелистиков, размять деревянным пестиком и переложить в эмалированную кастрюлю с водой, предварительно подогретой до температуры 60 °С. Помешивая, подогреть ягоды до температуры 60 °С, снять с огня, накрыть крышкой и выдержать 15 минут, а затем извлечь сок. Сок фильтровать, довести до кипения, сразу же разлить в большие (не менее 3 л) бутылки или банки и укупорить. Или же пастеризовать при температуре 85 °С: пол-литровые банки или бутылки — 15 минут, литровые — 20, трехлитровые — 30 минут.

Малиновый сок — исключительно ценный и питательный напиток, который можно употреблять в натуральном виде, а также для изготовления киселей, желе, мусса, мороженого.

Облепиховый сок

Облепиха — богатая витаминами ягода приятных вкуса и аромата. Для переработки на сок ягоды должны быть спелыми, свежими или замороженными.

Ягоды перебрать, удалить недозрелые и поврежденные, вымыть, дать стечь воде, раздробить на плодовой дробилке или деревянным пестиком в эмалированной кастрюле.

Дробленые ягоды залить подогретой до 60 °С кипяченой водой из расчета 1 стакан воды на 1 кг ягод и дать постоять несколько часов. Затем дробленую массу выложить в эмалированную кастрюлю, подогреть до 50 °С и в теплом виде прессовать.

Полученный сок отфильтровать, затем нагреть до 95 °С, выдержать при этой температуре в течение 10 минут, после чего быстро разлить до самого верха в подготовленные большие (не менее 2 л) бутылки или банки и сразу же укупорить.

Можно сок стерилизовать при слабом кипении воды в кастрюле: пол-литровые банки и бутылки — 10 минут, литровые — 14 минут. После стерилизации банки или бутылки укупорить, проверить качество укупорки и оставить на сутки.

Сок можно также пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки или бутылки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Облепиховое масло

Способ 1 (на основе подсолнечного масла)

Взять спелые, хорошо окрашенные ягоды облепихи, перебрать, дважды промыть в чуть теплой кипяченой воде, отсушить. Пропустить ягоды через ручную соковыжималку (не электрическую). Оставшуюся густую массу (жом) хорошо просушить (но не на солнце), часто перемешивая, чтобы не образовалась плесень.

Соку дать отстояться, после чего собрать с его поверхности образовавшуюся бурую пастообразную массу. Эту массу тоже высушить.

Высушенные массу и жом соединить вместе и разделить на 3 части. Одну часть положить в маленькую эмалированную кастрюлю и залить таким же количеством (по объему) рафинированного подсолнечного масла. Закрыть кастрюлю крышкой и поставить на водяную баню (в другую кастрюлю, побольше, с водой, чтобы маленькая не касалась дна). Поставить на огонь. Массу регулярно помешивать и следить, чтобы ее температура не превышала 50 °С. В таких условиях выдержать массу 8–10 часов. После этого содержимое кастрюли переложить

в мешочек из плотной капроновой ткани и хорошо отжать.

Полученным маслом залить вторую часть жома и повторить операцию. Аналогично поступить и с третьей частью жома. Готовое масло перелить в банку и дать отстояться в темном месте в течение 7–8 дней, после чего несколько раз профильтровать через 2–3 слоя марли.

Хранить в темной бутылке в холодильнике. Срок хранения — около 2 лет.

Способ 2 (натуральное облепиховое масло)

Взять 1 кг ягод облепихи, вымыть, обсушить на полотенце. Подготовленные ягоды выложить в эмалированную кастрюлю или глубокую миску и тщательно растереть деревянным пестиком. Отжать сок через 2 слоя марли и слить его в стеклянную банку. Дать отстояться в течение 24 часов, после чего осторожно собрать с поверхности масло. Для этого удобно пользоваться чайной ложкой, черенок которой загнуть вертикально вверх.

Из 1 кг ягод получается около 80 г масла.

Простерилизовать масло на водяной бане, перелить в чистую сухую бутылку из темного стекла, заткнуть прокипяченной и высушенной пробкой. Если такое масло держать в холодильнике, оно может храниться неограниченно долго.

Сок из черноплодной рябины

Способ 1 (с мякотью)

Ягоды отделить от щитков, тщательно вымыть, бланшировать паром или опустить в кипящую воду на 2–3 минуты и затем протереть через сито или пропустить через соковыжималку. Полученный сок довести до кипения, кипятить 2–4 минуты, сразу разлить и укупорить.

Способ 2 (осветленный сок)

Тщательно промытые ягоды измельчить. Мезгу нагреть в течение 10–15 минут при 60–70 °С. На каждый килограмм мезги добавить 3/4 стакана воды. Теплую мезгу прессовать и полученный сок процедить через фланель или марлю, сложенную в 2–3 слоя. Сок нагреть до 75–78 °С для осаждения белковых веществ и снова процедить. Довести сок до кипения, кипятить 2–4 минуты и сразу разлить в подогретые банки.

Если сок разливают в пол-литровые или литровые банки или бутылки, то пастеризуют при температуре 85 °С, соответственно, 15 и 20 минут.

Если сок готовят в соковарке, то его не пастеризуют, а разливают в горячем виде и сразу укупоривают.

Сок черносмородиновый

Способ 1

Ягоды раздавить деревянным пестиком, переложить в кастрюлю, на каждый килограмм массы добавив 1,5 стакана воды, подогретой до температуры 80 °С. Ягоды с водой на слабом огне подогреть до 60 °С и выдержать при этой температуре 30 минут. Затем сок отжать, снять с осадка, фильтровать.

Консервировать можно двумя способами, в зависимости от величины тары.

1. При розливе в банки вместимостью 2 л и более сок консервировать способом горячего розлива. Для этого подогреть сок до температуры 95 °С и сразу разлить в банки так, чтобы он пролился через края. Укупорить крышками, перевернуть вверх дном до полного остывания.

2. В мелкую тару залить сок, нагретый до 80 °С. Затем банки и бутылки пастеризовать при 85 °С: пол-литровые бутылки или банки — 15 минут, литровые — 20 минут.

Способ 2

Подготовленные ягоды черной смородины пропустить через мясорубку (диаметр отверстий в решетке 2,5 мм), поместить в эмалированную кастрюлю, добавить воду из расчета 120 мл на 1 кг ягод. Подогреть до 70 °С, выдержать при этой температуре 15–20 минут, затем прессовать.

Полученный сок слить в эмалированную кастрюлю, дать отстояться 2–3 часа, профильтровать, нагреть до 95 °С, разлить в сухие прогретые стерилизованные банки, сразу их закатать, перевернуть вверх дном, накрыть плотной тканью и оставить на сутки.

Из оставшихся выжимок можно приготовить вторичный сок, который пригоден для компотов, варенья, джема (*см. рецепт 90 «Сок из мезги черной смородины»*).

Способ 3

Промытые и отсортированные ягоды поместить в кастрюлю, залить водой (2 стакана на 1 кг ягод), нагреть до кипения, помешивая, и кипятить 5 минут.

Затем ягоды прессовать. Обычно производят двукратное прессование, но для лучшего отжима сока мезгу после второго

прессования надо извлечь из мешка, залить горячей водой (200 мл на 1 кг мезги) и нагреть до кипения, непрерывно перемешивая. После нагревания мезгу еще раз отпрессовать.

После этого сок всех отжимов смешать, отфильтровать, нагреть до 100 °С и горячим расфасовать.

Натуральные соки из черной смородины при желании можно подслащивать, добавляя на 1 л сока 200–300 г сахара.

Сок из терна

У плодов терна косточки отделяются плохо, поэтому целесообразно получать терновый сок выпариванием. Плоды перебрать, вымыть в холодной воде, отсушить на полотенце и поместить в соковарку. Готовый горячий сок перелить в прогретые чистые банки, закатать их крышками, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

При отсутствии соковарки сок из терна можно приготовить, как из слив (*см. рецепт 87 «Сливовый сок»*).

Сок из черники

Свежесобранную чернику перебрать, промыть, отсушить на полотенце, пропустить через мясорубку, переложить в эмалированную кастрюлю, добавить воды из расчета 100–120 мл на 1 кг ягод. Подогреть до 70 °С, выдержать при этой температуре 15–20 минут и отжать сок.

Дать соку отстояться 2–3 часа в холодном месте, снять с осадка, профильтровать через 2–3 слоя марли. Нагреть профильтрованный сок до 95 °С, немедленно разлить в горячие подготовленные банки или бутылки, герметично укупорить, укрыть одеялом, оставить до полного охлаждения.

Сок можно также приготовить в соковарке.

Сок яблочный

Способ 1 (осветленный сок)

Для приготовления сока берут культурные и дикорастущие зрелые яблоки без гнилей. Слабокислые яблоки перерабатывают на сок только вместе с кислыми яблоками. Перезревшие, а также снятые с хранения яблоки малопригодны для приготовления сока.

Яблоки тщательно вымыть, вырезать порченые части,

пропустить через шинковку или овощерезку. Измельченные яблоки быстро прессовать, подогреть до 80 °С и сразу охладить до комнатной температуры. Для этого ведро с соком поставить в бак с холодной водой. Через 2 часа сок с помощью сифона снять с осадка или фильтровать через мешочный фильтр. Затем подогреть этот сок до 95 °С, разлить в большие (не менее 3 л) горячие банки или бутылки и немедленно закатать крышками или закрыть пробками.

Посуду с соком положить на бок и накрыть одеялом до полного остывания. Если бутылки закрыть пробками, после остывания залить их парафином, воском или сургучом.

Сок можно консервировать и способом пастеризации. Подогреть сок до 85 °С и разлить в бутылки, не доливая до верха 2 см (а в банки — 1,5 см).

Пастеризовать при 85 °С: пол-литровые банки и бутылки — 15 минут, литровые — 20, трехлитровые — 30 минут.

Способ 2 (сок с мякотью)

Яблоки вымыть, удалить поврежденные части и семенники, нарезать. Поместить в большую кастрюлю со специальной решеткой или эмалированным блюдом, чтобы яблоки не подгорали. Налить немного горячей воды, сверху накрыть кастрюлю свернутой вчетверо тканью и затем крышкой. Варить яблоки 15–20 минут. Горячими протереть через сито или пропустить через мясорубку с конусной насадкой — для отделения кожицы и оставшихся семенников. Полученное пюре снова поместить в кастрюлю, развести горячей водой до необходимой густоты, довести до кипения и кипящим разлить в бутылки. Емкость наполнять доверху, укупорить и перевернуть вверх дном до полного остывания.

Повидло или варенье без сахара

• Для приготовления повидла желательно брать плоды и ягоды, содержащие много пектиновых веществ. В противном случае добавляют яблочное пюре (не менее половины объема).

• Повидло, приготовленное без сахара, необходимо хорошо уваривать, иначе оно может быстро испортиться.

• Для повидла используют только зрелые, даже перезревшие плоды. Их перебирают, удаляют поврежденные части, тщательно моют. Подготовленные плоды разваривают с небольшим количеством воды под крышкой и протирают через сито.

• Чтобы повидло не подгорело, варочную посуду (лучше всего — медный таз) ставят на асбестовую прокладку или рассекатель

пламени. Варят повидло, постоянно помешивая, обычно в один прием. Однако предпочтительнее варить его в течение нескольких дней, ежедневно доводя до кипения. Готовое повидло отделяется с ложки кусками, а при помешивании в нем остается не исчезающая сразу борозда.

Повидло из винограда по-молдавски

Зрелые мясистые ягоды светлых сортов винограда вымыть, отсушить, удалить семена, размять деревянной толкушкой, переложить в варочный таз. Помешивая, уварить на слабом огне до половины первоначального объема. Готовое повидло поставить в остывающую духовку и выдержать там 15–20 минут. Сразу переложить в подготовленные банки, прикрыть марлей. Когда повидло остынет, укупорить банки полиэтиленовыми крышками.

Повидло из слив

5 кг слив, 100 мл воды.

Спелые или переспелые сладкие сливы перебрать, осторожно вымыть, дать стечь воде, разрезать на половинки, уложить в варочный таз, влить воду и, постоянно помешивая, уваривать на умеренном огне до готовности (признак готовности: остывшая на холодной тарелке капля загустевает и не расплывается).

Расфасовывать повидло в горячем виде в сухие горячие банки емкостью не менее 1 л. Наполнять банки на 2 см ниже края горлышка. Банки герметично укупорить (закатать), перевернуть вверх дном, оставить на сутки, затем убрать на хранение.

Варенье из брусники с яблоками или грушами по-белорусски

1 кг брусники, 300–500 г яблок (или 500–700 г груш).

Выбрать очень сладкие яблоки, вымыть, разрезать каждое на 4 части, вырезать сердцевину, опустить на 2–3 минуты в кипящую воду, откинуть на дуршлаг.

Подготовленную и промытую бруснику залить небольшим количеством воды, поставить на огонь. Когда ягоды закипят и пустят сок, положить к ним яблоки. Варить, постоянно помешивая, 30–40 минут.

В горячем виде разложить варенье в чистые сухие банки, накрыть сверху марлей и дать остыть, после чего укупорить банки

полиэтиленовыми крышками.

Такое варенье подают к мясу, рыбе.

Мармелад

Для домашнего приготовления мармелада выбирают хорошо созревшие и даже перезревшие плоды. Их моют, очищают, удаляют семена и косточки. Подготовленные плоды разваривают с небольшим количеством воды до кашицеобразного состояния. Если они не были предварительно очищены, массу протирают через сито.

Самый лучший мармелад получают из кислых яблок, смородины и крыжовника. Если хотят получить твердый мармелад из ароматных, специфических по вкусу плодов, бедных пектинами, добавляют пектиновую вытяжку или яблочное пюре.

В мармелад, который готовят из недостаточно кислых плодов, на 1 кг пюре добавляют 1 г лимонной кислоты.

Для улучшения запаха добавляют ваниль, корицу и другие пряности, для улучшения вида — пищевые красители, для улучшения вкуса и плотности — пищевые кислоты, агар-агар (или пектин) и др.

От режима приготовления мармелада во многом зависит его качество. Во время варки испаряется около 30 % воды. Поэтому чем быстрее испарится эта влага, тем короче процесс варки и тем лучше качество мармелада. Нужно стараться варить мармелад небольшими порциями, в посуде с широким дном и узкими стенками. Чтобы мармелад не пригорел, его периодически перемешивают деревянной лопаткой.

Время от времени проверяют готовность мармелада. Если капля, опущенная на холодное блюдце, густеет и не расплывается — мармелад готов. Твердый мармелад считается готовым, если на дне варочной посуды остается след от ложки.

Фасуют мармелад в горячем виде в чистую сухую горячую посуду. Поверхность мармелада покрывают смоченным в спирте куском пергамента и закрывают полиэтиленовыми крышками или завязывают пергаментной бумагой. Мягкий мармелад в горячем виде раскладывают в простерилизованные горячие банки и сразу же укупоривают жестяными крышками (закатывают).

После фасования мармелад медленно охлаждают. Для этого банки с мармеладом ставят в теплую воду и порциями доливают холодную. Медленное охлаждение благоприятствует сохранению нормальной консистенции мармелада и улучшает его качество. Во время охлаждения нельзя двигать посуду с мармеладом.

Мармелад виноградный по-грузински

Ягоды отделить от гребня, хорошо вымыть, опустить в кипящую воду с содой (на 5 кг винограда — 1/2 столовой ложки питьевой соды). Остывшие ягоды размять и протереть через дуршлаг, чтобы отделить мякоть от кожицы и семян. Протертую массу уварить на слабом огне, постоянно помешивая, до готовности.

Мармелад сливово-яблочный

1 кг сливы, 500 г яблок, цедра с одного лимона, щепотка ванильного сахара.

Сливу вымыть, разрезать на половинки, удалить косточки. Положить сливу в варочный тазик и подогревать на слабом огне до размягчения. Горячую массу протереть через сито. Из яблок также приготовить пюре: разварить в небольшом количестве воды, протереть.

Смешать сливовое и яблочное пюре, добавить натертую цедру лимона, ванильный сахар и варить на слабом огне до готовности.

Готовый мармелад выложить на блюдо или противень, покрытые пергаментом, разровнять. Когда масса остынет и покроется корочкой, нарезать ее фигурными кусочками и хранить в закрытой посуде в сухом месте.

Мармелад сливовый по-болгарски

Сладкую сливу вымыть, удалить косточки и в течение 15–20 минут разваривать плоды в небольшом количестве воды. Горячую массу протереть через сито или дуршлаг, кожицу отделить.

Пюре уварить до готовности. Фасовать в банки. Чтобы на поверхности мармелада не образовалась плесень, сверху, когда остынет, положить кружок пергамента, смоченный в спирте.

Банки герметично укупорить и хранить в сухом холодном месте.

Мармелад из черной смородины натуральный

Крупные зрелые ягоды черной смородины размять и разварить в кастрюле под крышкой. Горячую массу протереть через сито и уварить до готовности.

Мармелад яблочный по-болгарски

Для приготовления мармелада берут сладкие яблоки.

Нарезать яблоки дольками, опустить в кипящую воду и варить. Когда яблоки сварятся, выбрать их и протереть через сито. Полученное пюре довести до кипения и варить. Для ускорения варки добавить в пюре щелок.

Для получения щелока горсть просеянной древесной золы залить кипятком и, как только зола осядет, прозрачную воду слить и добавить в пюре.

Варить пюре до тех пор, пока на поверхности массы не будет оставаться след после деревянной палочки. Фасовать в горячем виде, укупоривать — когда остынет.

Пастила

Пастила — это сваренное с сахаром или без сахара протертое фруктовое пюре, сильно сгущенное при варке, а затем высушенное на солнце или в сушильне.

Пастилу без сахара можно приготовить практически из любого плодово-ягодного пюре или повидла без сахара. Приятным вкусом и стойкостью обладает пастила из синих слив, алычи, крыжовника, абрикосов и персиков.

Способ варки: фрукты залить небольшим количеством воды, поставить на огонь, а когда они станут мягкими, протереть через сито. Яблочную пастилу готовят из печеных яблок. Варят пастилу в эмалированной кастрюле, часто помешивая деревянной ложкой, чтобы не пригорела. Пастила готова, когда при помешивании она тянется за ложкой и отделяется от дна кастрюли. Чтобы придать пастиле особый вкус и аромат, в конце варки добавляют измельченные грецкие орехи или мелко нарезанные цукаты из апельсиновых корок.

Горячую массу слегка охладить и выложить слоем толщиной 1–2 см на кондитерские листы или деревянные доски, выстланные пергаментной бумагой, смазанной растительным (лучше оливковым или подсолнечным прокипяченным, чтобы не было запаха) маслом. Приготовленные пласты пастилы можно сушить на солнце или в слабо нагретой духовке. Во время сушки пласты надо обязательно переворачивать, чтобы быстрее и равномернее происходило высыхание с обеих сторон.

Пастилу можно считать готовой, если просушенные пласты равномерны по толщине, не прилипают к пальцам и хорошо заворачиваются рулетом.

Когда пласты будут высушены до полной готовности, их надо

несколько раз прокатать деревянным валиком (прессовать), чтобы придать пласту еще более равномерную толщину. Кроме того, после прессования на поверхности пласта получается красивый глянец.

Готовую пастилу свернуть рулетом (хорошо перед этим посыпать измельченными орехами) или нарезать пластами. Можно также нарезать пастилу кусочками различной формы, обвалять в кристаллическом сахаре и уложить в стеклянные или жестяные банки, прокладывая ряды пергаментной бумагой. Можно сделать многослойную пастилу, например, слой яблочный, слой сливовый и слой айвовый. Вкусную пастилу готовят из отходов, остающихся после получения сока любых фруктов и ягод в соковарке. Горячую массу этих отходов протереть через сито и варить (лучше на водяной бане) до готовности, пока при помешивании масса не будет тянуться за ложкой, обнажая дно кастрюли. При варке такой пастилы сахар можно не добавлять.

Хранить пастилу надо в сухом, прохладном, хорошо проветриваемом помещении, обязательно завернутой в бумагу, к которой она не прилипает.

Пастила из алычи

Промытую алычу залить небольшим количеством воды, распарить под крышкой, протереть через сито (диаметр отверстий не более 1,5 мм). Затем полученное пюре уваривать в эмалированной кастрюле на небольшом огне, постоянно помешивая.

Уваривать пюре надо до тех пор, пока его объем не уменьшится в 1,5–2 раза. Дать ему немного остыть, а затем разлить в деревянные лотки или железные противни слоем толщиной 1–2 см (лотки или противни предварительно выстлать промасленной пергаментной бумагой). Сушить на солнце или в сушильне.

Пастила из крыжовника

Подготовленные ягоды сварить до мягкости в небольшом количестве воды, протереть через мелкое сито. Полученное пюре уваривать, непрерывно помешивая, пока масса не загустеет.

Выложить массу на листы, выстланные промасленной пергаментной бумагой, и разровнять слоем толщиной примерно

1 см. Высушить с обеих сторон на солнце или в приоткрытой духовке на слабом огне. Свернуть в рулет или нарезать на кусочки и сложить в банки.

Смоква из синих слив

Промыть спелые сливы; удалить косточки, залить небольшим количеством прозрачной, очищенной воды и варить, непрерывно помешивая, до образования густой массы. Выложить массу на листы, выстланные бумагой, смазанной растительным маслом, и разровнять слоем толщиной 1 см. Высушить с обеих сторон на солнце или в слабо нагретой духовке до такой степени, чтобы смоква не прилипала к пальцам. Свернуть рулетом и хранить в сухом прохладном помещении.

Моченые плоды и ягоды

Суть процесса мочения заключается в том, что часть сахара плодов и ягод под влиянием молочнокислых бактерий и дрожжей превращается в молочную кислоту и спирт, что в основном консервирует замоченные плоды.

У моченых фруктов свой неповторимый вкус и аромат. Этот освежающий продукт подается в холодном виде к мясным блюдам и дичи.

Брусника моченая

Свежую спелую бруснику перебрать, промыть в холодной воде, откинуть на решето, просушить, разложить в большие банки (не менее 3 л), залить холодной кипяченой водой без сахара. Яблоки в такую бруснику не класть.

Моченая брусника придает блюдам приятный, острый, кисло-сладкий вкус. Подают ее, как и варенье из брусники, в качестве приправы к разнообразным мясным блюдам, блюдам из дичи и др. Из моченой брусники можно приготовить прекрасный соус, добавив в ягоды пряности.

Брусничная вода, получающаяся при мочении ягод брусники, вкусна и хорошо утоляет жажду, но оказывает легкое слабительное действие.

Груши моченые

Заливка: на 10 л воды — 150 г ржаной муки, или 150 г ржаных сухарей, или 100 г сухого кваса, 2 столовые ложки соли, 1 столовая ложка сухой горчицы.

Твердые мелкие и средние груши вымыть, уложить плодоножками вверх в посуду с широким горлом. Ряды переложить ржаной соломой, сверху также положить слой соломы. Приготовить заливку-сусло: ржаную муку, сухари или сухой квас размешать в 0,5 л теплой кипяченой воды, затем залить 2 л кипятка, закрыть крышкой и оставить до остывания; процедить, добавить соль и горчицу; объем сусла довести кипяченой водой до 10 л.

Заполненную грушами посуду залить суслом, накрыть полотном, положить кружок и гнет. Первые 8–10 дней держать при температуре 18–22 °С, следя за тем, чтобы верхний слой груш был покрыт суслом, а в случае необходимости долить его. Затем перенести в холодное место для дображивания.

Через 1,5 месяца груши должны быть готовы к употреблению.

Для мочения берут плоды зимних сортов с плотной мякотью.

Моченые груши с брусникой

10 кг груш, 1,5 кг брусники.

Заливка: на 10 л воды — 10 чайных ложек простокваши, 2 столовые ложки соли, 1 столовая ложка сухой горчицы.

Груши уложить рядами, пересыпать брусникой и переложить листьями черной смородины. Залить холодным суслом. Далее делать все так, как указано в предыдущем рецепте.

Клюква моченая

Ягоды клюквы можно сохранить свежими длительное время, если их залить водой.

Клюкву перебрать, промыть, отсушить и засыпать в банки, ведра или кадки, после чего залить холодной кипяченой водой так, чтобы вода покрывала ягоды. Сверху положить гнет, хранить в прохладном месте.

Сохранять клюкву в таком виде очень удобно, потому что она не теряет своего вкуса и зимой, когда не бывает никаких ягод. Из нее выходят вкусное варенье, кисели, морсы и т. д.

Морошка моченая

Ягоды перебрать, вымыть, отсушить, насыпать в чистую сухую стеклянную емкость, залить холодной кипяченой водой, завязать горлышко сосуда марлей. Хранить в холодном месте.

Если моченую морошку постоянно держать при температуре 5–10 ˚С, она может храниться до 2 лет.

Вместо воды можно использовать сок из морошки — доведенный до кипения и охлажденный.

Яблоки моченые

Для мочения используют зрелые яблоки осенних и раннезимних сортов. Желательно брать средние и мелкие яблоки, светлоокрашенные, с плотной мякотью. Рекомендуемые сорта: Антоновка обыкновенная, Осеннее полосатое, Пепин литовский, Бабушкино и др. Яблоки должны быть свежесобранными, совершенно здоровыми, без ушибов.

Яблоки следует тщательно вымыть. Мочить можно в деревянной, стеклянной, керамической посуде. Можно использовать также мешки-вкладыши из пищевой полиэтиленовой пленки.

Лучше всего мочить яблоки в деревянных бочках. Дно и стенки хорошо вымытой и ошпаренной бочки выстлать предварительно ошпаренной овсяной соломой, она придает яблокам золотистый цвет. Вместо соломы можно взять листья вишни или черной смородины. Яблоки укладывать рядами, плодоножками вверх. Каждые 2–3 ряда перекладывать соломой или листьями. Залить яблоки специально приготовленным суслом или сладкой водой.

Для приготовления сусла ржаную муку залить кипятком, посолить, хорошо размешать, дать отстояться и процедить. На 10 л воды требуется 200 г ржаной муки и 2 столовые ложки соли.

Для приготовления сладкой воды на каждые 10 л воды взять 400 г сахара или 600 г меда, добавить 3 столовые ложки соли, прокипятить и охладить.

Холодным раствором залить яблоки так, чтобы он слегка покрывал яблоки. Яблоки накрыть деревянным кружком и положить на него груз (прошпаренный камень).

Бочку оставить на 10 дней при температуре 20–25 ˚С. Ежедневно снимать пену и добавлять раствор (сусло или холодную кипяченую воду).

После этого бочку перенести в холодное место, например в погреб. Здесь брожение заканчивается через 25–30 дней, и яблоки готовы.

Уровень жидкости во время замачивания и хранения должен быть на 3–4 см выше деревянного кружка.

Моченые яблоки с арбузом

Нарезать арбуз на ломти, очистить от кожуры и семечек, нарезать на небольшие кусочки, прокипятить 10 минут на маленьком огне.

Яблоки сорта Анис вымыть, обсушить и уложить в посуду, перекладывая кусочками арбуза, залить оставшимся от кипячения соком. Соль и сахар не добавлять. Прикрыть крышкой.

Яблоки будут готовы через 40 дней.

Моченые яблоки и груши к жаркому (старинный рецепт)

Взять чистых, без пятен, яблок Антоновских, Анис и т. п., сложить их в кадку, перекладывая каждый ряд листом черной смородины или эстрагоном.

Всыпать в большую кастрюлю (бак) трехлитровую банку пшеничных отрубей; если в отрубях очень мало мучных частиц, то всыпать в них 1 стакан пшеничной муки. Вскипятить 1 ведро (12 л) воды и кипятком залить отруби, размешать хорошенько, накрыть, дать устояться и остыть; затем слить воду без гущи. На ведро жидкости положить 1 чайную чашку соли, размешать. Вскипятить и сразу залить этим рассолом яблоки.

Яблоки, только что снятые с дерева, не будут хороши: им нужно полежать на соломе недели две.

Таким же образом приготовляют и груши самых крепких сортов, но груши заливают холодным рассолом.

Все это подается к жаркому.

Яблоки в яблочном пюре

Для этого способа мочения пригодны как отборные плоды, так и мелочь, и падалица.

Для приготовления заливки яблоки пропарить под крышкой 20–25 минут в небольшом количестве воды, затем протереть через сито. Развести пюре водой из расчета 150–100 мл пюре на 850–900 мл воды. Заливку прокипятить, охладить, залить подготовленные яблоки.

Овощи и зелень без соли и уксуса

Натуральные консервированные овощи

Стерилизуем и закатываем

Печеные баклажаны с перцем

На 1 пол-литровую банку: 1–2 баклажана, 4–5 сладких перцев, 1 помидор средних размеров.

На дно стерилизованной банки положить разрезанный на 4–6 частей помидор, затем — печеные баклажаны, а сверху — печеные перцы (перцы перед запеканием очистить от семян).

Уксус не добавлять. Банки наполнять плотно, без воздушных промежутков. Наполненные банки прикрыть подготовленными крышками, поставить в кастрюлю с подогретой водой и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 60–70 минут, литровые — 75 минут. Банки закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Эти консервы — прекрасная заготовка для икры: содержимое банки выложить на тарелку, измельчить ножом, добавить по вкусу мелко нарезанный салатный репчатый лук, черный молотый перец, заправить растительным маслом.

Баклажаны с овощами

Способ 1 (в масле)

2,5 кг баклажанов, 200 г моркови, 100 г репчатого лука, 100 г белых кореньев (петрушки и сельдерея), 400 г растительного масла, черный молотый перец по вкусу.

Баклажаны опустить на 5 минут в кипящую воду и, когда вода стечет, нарезать кружочками толщиной 2 см. Обжарить в растительном масле в течение 10 минут, дать стечь маслу, добавить черный молотый перец, перемешать.

Мелко нарезать морковь, лук, коренья и слегка припустить на растительном масле, смешать с баклажанами. Разложить полученную массу в сухие стерилизованные пол-литровые банки и залить маслом, на котором все жарилось. Стерилизовать 8 минут, закатать, оставить на сутки.

Способ 2 (в томате)

4 кг зрелых баклажанов средних размеров, 2 кг зрелых красных помидоров, 400 г сладкого перца, 250 г моркови, 250 г репчатого лука, по 25 г зелени петрушки и укропа, 10 горошин черного горького перца, 3 горошины душистого перца, растительное масло, пшеничная мука.

Баклажаны вымыть, срезать концы, нарезать полукольцами толщиной 2–3 см, обвалять в муке и обжарить в масле до полуготовности.

Мясистый сладкий перец очистить от семян, нарезать квадратиками. Морковь очистить и нарезать соломкой. Лук очистить и нарезать тонкими кольцами. Вымытую зелень мелко нарезать.

Помидоры нарезать тонкими ломтиками, разварить под крышкой, протереть через сито. Полученную массу уварить наполовину, часто помешивая.

В уваренную томатную массу опустить обжаренные баклажаны и нарезанные овощи, добавить черный и душистый перец. Тушить на слабом огне под крышкой около 60 минут. В горячем виде разложить в подготовленные банки и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 60 минут, литровые — 80 минут.

> Овощные закуски из сладкого перца, баклажанов и кабачков лучше стерилизовать не в кипящей воде, температура кипения которой 100 °С, а в насыщенном растворе поваренной соли (400 г соли на 1 л воды) — температура его кипения около 180 °С, благодаря чему время стерилизации можно немного сократить.

Кабачки в томатном соусе

1,5 кг кабачков, 250 г моркови, 50 г репчатого лука, 30 г белых кореньев (петрушки, сельдерея, пастернака), 5 г зелени петрушки, 400 мл (2 стакана) томатного соуса, 100 г растительного масла.

Кабачки вымыть, очистить от кожицы, нарезать кусочками толщиной 1,5–2 см. Морковь и белые коренья вымыть, очистить, снова вымыть, измельчить. Репчатый лук очистить, нарезать кольцами. Все овощи обжарить на растительном масле.

Зелень вымыть, отсушить, мелко нарезать, смешать с обжаренными овощами. Приготовить и вскипятить томатный соус.

В горячие стерилизованные банки налить немного соуса,

уложить по плечики подготовленные овощи, сверху залить кипящим томатным соком, прикрыть крышками и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 50 минут, литровые — 90 минут. Банки закатать крышками, перевернуть, оставить на сутки.

Перец в томатном соке

1 кг подготовленного сладкого перца (около 1,3 кг свежего), 1 л томатного сока или протертых помидоров.

Отобрать зрелые, здоровые, мясистые перцы, вымыть, вырезать плодоножки и семенники, бланшировать до полуготовности (5–9 минут) в небольшом количестве кипящей воды. Дать воде стечь, выложить горячие перцы в подготовленные банки и залить кипящим томатным соком (или кипящими протертыми помидорами), накрыть крышками и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 30–35 минут, литровые — 35–40 минут. Банки закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Помидорчики консервированные

Способ 1 (очищенные)

Для этих консервов рекомендуется брать сорта с мелкими зрелыми плодами овальной, сливовидной или грушевидной формы, без дефектов. Дефектные плоды (недозревшие, перезревшие, мягкие, вялые, ребристые и т. д.) можно использовать для приготовления томатного сока на заливку или томатного пюре.

Помидоры вымыть, положить в дуршлаг и опустить в горячую воду (95–98 °С) на 1–2 минуты, затем дуршлаг с помидорами быстро опустить в холодную воду тоже на 1–2 минуты. Поверхность помидоров покрывается трещинками, и тогда довольно легко снять с них кожицу — руками или с помощью ножа.

Очищенные от кожицы помидоры плотно, без воздушных промежутков, уложить в стерилизованные банки. Если воздушных пузырей в банках нет, их не требуется дополнительно заливать водой или соком, а сразу стерилизовать. Если же воздушные прослойки имеются, долить банки горячей водой или горячим томатным соком (на сок взять дефектные помидоры, протереть их через сито и прокипятить).

Время стерилизации: пол-литровые банки — 35 минут,

литровые — 40 минут.

В двух- или трехлитровых банках приготовлять очищенные помидоры не рекомендуется.

Способ 2 (неочищенные)

За основу берут предыдущий рецепт. Но помидоры, консервируемые вместе с кожицей, не бланшируют. Их накалывают в нескольких местах иглой или острым лезвием ножа и сразу укладывают в подготовленные банки — плотно, но без нажима, чтобы они не деформировались. Затем их заливают горячей протертой томатной массой и стерилизуют: пол-литровые банки — 35 минут, литровые — 40 минут, двух- и трехлитровые — 60 минут.

Зимний салат из помидоров

Зрелые, но крепкие помидоры нарезать дольками. Разложить в стерилизованные литровые банки, слегка потряхивая, чтобы уплотнить помидоры (но не очень туго).

Залить оставшимся при нарезке соком, прикрыть прокипяченными металлическими крышками и стерилизовать на слабом огне 10 минут с момента закипания. Закатать и перевернуть вверх дном до остывания.

Зимой при подаче к столу салат посолить, добавить лук, чеснок, сметану или растительное масло.

Этим салатом можно также заправлять супы.

Зеленые помидоры с луком и морковью

На литровую банку: 5–6 крупных зеленых помидоров, 2 луковицы, 2 моркови, 5 зубчиков чеснока, зелень петрушки и сельдерея, 60 г растительного масла.

Лук мелко нашинковать, помидоры нарезать дольками, морковь — кружочками, зелень тоже мелко нарезать. Все это сложить в кастрюлю, залить растительным маслом и тушить 30 минут. Добавить толченый чеснок, тушить еще 10 минут, переложить в стерилизованную литровую банку и стерилизовать в кипящей воде 15 минут. Закатать, перевернуть.

Томатное пюре

Готовить пюре только из хорошо вызревших красных помидоров. Плоды разрезать на несколько частей, уложить в кастрюлю и довести до кипения, все время помешивая. Разваренные помидоры протереть через сито так, чтобы отходы состояли из кожицы и семян. Протертую мякоть вновь поместить в кастрюлю и, непрерывно помешивая, уварить в 2–3 раза. Затем горячее пюре разлить в подогретые кипятком банки, поставить в бак с горячей водой, довести воду до кипения и стерилизовать: пол-литровые банки — 30 минут, литровые — 40 минут.

Чтобы пюре при уваривании не пригорало, можно протертую горячую массу слить в холщовый мешочек, который подвесить над кастрюлей. При этом вытекает прозрачный золотистый сок. Его уваривают в 3–4 раза, смешивают с осадком из мешка, подогревают всю смесь до кипения, расфасовывают в банки и стерилизуют.

Пюре тыквенное

Зрелую тыкву с толстой мякотью очистить от кожуры и семян, нарезать на кусочки, опустить в небольшое количество кипящей воды и варить 3–4 минуты с момента закипания; протереть через сито. Тыквенное пюре нагреть до 80–90 °С, разложить в горячие стерилизованные банки и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 30–35 минут, литровые — 40–45 минут.

Пюре тыквенно-яблочное

1 кг подготовленной тыквы, 1 кг яблок.

Приготовить пюре из зрелой тыквы с интенсивно окрашенной мякотью (*см. предыдущий рецепт*). Приготовить яблочное пюре (*см. рецепт 62*). Смешать оба пюре, подогреть до 80–90 °С, расфасовать и пастеризовать при 90 °С: пол-литровые банки — 8–10 минут, литровые — 12–15 минут.

Зимние щи

На пол-литровую банку: 250 г квашеной капусты (или по 125 г квашеной и свежей белокочанной), 50 г моркови, 50 г репчатого лука, 30 г белого корня, 10 г зелени, 10 г томатной пасты, 5 г чеснока, 3–4 зернышка от жгучего и красного перца, 1 лавровый

лист.

У квашеной капусты удалить зеленые и грубые части листьев. Если капуста очень кислая, ее надо отжать или наполовину заменить свежей капустой.

Морковь и белый корень (петрушку, сельдерей) вымыть, вырезать поврежденные части, срезать концы, варить 20–25 минут, потом охладить водой, очистить и нарезать соломкой.

Лук, чеснок и зелень очистить, ополоснуть и мелко нашинковать.

Сложить все овощи и зелень в кастрюлю, залить небольшим количеством горячей воды и кипятить 5–6 минут. Затем разложить смесь в подготовленные банки и стерилизовать: пол-литровые банки — 12–14 минут, литровые — 15–18 минут. Дальше как обычно: закатать, перевернуть, выдержать 24 часа.

Закатываем без стерилизации

Кабачки в заливке из соков красной свеклы и яблок с растительным маслом

Заливка: по 1 стакану сока красной свеклы, яблочного сока и растительного масла, 2 г аскорбиновой кислоты или 3 г лимонной кислоты, 1 столовая ложка растертых в порошок семян укропа.

Кабачки нарезать кружочками, уложить в трехлитровую банку, залить кипящей заливкой, закатать.

Перец с кабачками и яблоками

Заливка: 2 стакана воды, 2 стакана яблочного сока, 400 г меда.

Сладкий перец вымыть, удалить перегородки и семена, нарезать кольцами шириной около 1 см. Яблоки вымыть, удалить сердцевину, нарезать дольками. Молодые кабачки или патиссоны вымыть, нарезать кружочками.

Нарезанные продукты соединить и бланшировать 3–5 минут в заливке указанного состава, после чего вынуть их из раствора, уложить в стерилизованную трехлитровую банку по плечики. Заливку снова довести до кипения и немедленно залить в банку с овощами так, чтобы немного выплеснулось наружу. Банку закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Помидорная заправка

Способ 1 (для борща)

Для этой заправки можно использовать мягкие или треснувшие от спелости помидоры.

Налить в эмалированную кастрюлю немного воды и поставить ее на огонь. Как только начнет кипеть, добавить туда помидор за помидором. Помешивать. После опускания последней порции помидоров варить еще 20 минут. Посолить совсем немного — по вкусу.

Разлить кипящую смесь в пол-литровые стерилизованные сухие банки и закатать жестяными крышками.

Способ 2 (для разных блюд)

Отобрать зрелые красные мясистые помидоры, хорошо вымыть, разрезать на четвертинки и пропустить через мясорубку. Прокипятить, помешивая, в эмалированной кастрюле 10–15 минут, пока не исчезнет пена, и немедленно разлить в горячие стерилизованные банки. Банки заполнить до самого верха, чтобы немного выплеснулось наружу, и закатать прокипяченными жестяными крышками. Банки перевернуть, накрыть сверху одеялом или плотной тканью, оставить на сутки.

На литровую банку требуется около 1,3 кг свежих помидоров.

Эта заправка используется зимой при варке щей, супов, борщей, для приготовления соусов и подливок ко вторым блюдам и т. д.

Помидоры деликатесные

На трехлитровую банку: помидоры (столько, чтобы заполнить банку по плечики), по 30 г листьев мелиссы и эстрагона.

Заливка: 1 л воды, 300 мл сока красной смородины, 50 г меда.

Выбрать помидоры примерно одинакового размера, вымыть, бланшировать в кипящей воде 30 секунд, дать воде стечь. Уложить помидоры в стерилизованную трехлитровую банку по плечики, добавить листья мелиссы и эстрагон.

Тем временем приготовить заливку из воды, сока красной смородины и меда. Кипящей заливкой залить помидоры до самого верха, прикрыть прокипяченными крышками, дать постоять 3–5 минут. Раствор слить, довести до кипения и снова залить в банку. Повторить еще 2 раза. В третий раз залить раствор так, чтобы жидкость чуть выплеснулась из банки, и сразу закатать. Перевернуть банку вверх дном и оставить на сутки.

Аджика

2,5 кг зрелых мясистых помидоров, по 500 г моркови, сладкого перца и яблок, 150 г чеснока, 3–4 стручка жгучего красного перца, 250 мл подсолнечного масла.

Помидоры разрезать на четвертинки. Яблоки разрезать на несколько частей, удалить сердцевину. Сладкий перец разрезать вдоль на 2 части, удалить перегородки и семена. Морковь очистить, нарезать на части.

Все, кроме чеснока, пропустить через мясорубку и, смешав, томить при слабом кипении около 2 часов. Затем влить подсолнечное масло, добавить чеснок, перемешать (можно по вкусу посолить) и тушить еще 10–15 минут. Сразу же переложить в сухие стерилизованные банки и закатать прокипяченными крышками.

«Красное» масло

100 г растительного масла (оливкового, кунжутного или рафинированного подсолнечного), 20 г сушеного красного жгучего перца (без семян), 2 г порошка имбиря, 5 г мелко нарезанного репчатого лука.

Масло раскалить на сковороде, обжарить лук, уменьшить огонь до минимума. Стручковый перец нарезать соломкой или дольками длиной 1 см, обдать кипятком и дать просохнуть. Опустить в сковороду с маслом, где температура уже значительно снизилась, посыпать имбирным порошком и держать на слабом огне, пока масло не приобретет красный цвет, затем остудить и выбрать лук. Хранить масло с перцем в стеклянной баночке с крышкой.

Овощные соки — кладезь здоровья

Стерилизуем и закатываем

Сок из брюквы

Для приготовления консервированного сока лучше всего подходит поздняя брюква, собранная почти перед самыми заморозками. Такая брюква — самая полезная.

Свежесобранные зрелые и сочные корнеплоды тщательно

вымыть, отсушить, очистить, измельчить на терке или шинковке, в крайнем случае — на мясорубке. Сок отжать или вручную, или на соковыжималке, или на прессе (в зависимости от количества сырья), профильтровать через несколько слоев марли.

Брюква имеет низкую кислотность, поэтому на 4 части брюквенного сока добавить 1 часть смородинового, клюквенного или малинового сока. Смесь подогреть до 80 °С, разлить в горячие стерилизованные банки и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 15 минут. Банки закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Сок из белокочанной капусты

Зачистить кочаны от верхних листьев, вымыть, дать стечь воде, мелко нарубить (как на пирожки), дать постоять около часа, затем отжать сок, процедить через сито или марлю, перелить в прокипяченную эмалированную кастрюлю или стеклянную банку и поставить на 12 часов в холодильник, чтобы сок отстоялся. Осторожно слить осветленную часть сока, чтобы не взболтать осадок, и процедить осветленный сок через 2–3 слоя марли.

Процеженный сок разлить в подготовленные банки, накрыть крышками и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 8–10 минут, литровые — 10–12 минут.

После этого банки немедленно закатать, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Сок из капусты, свеклы и клюквы

Высокими лечебно-профилактическими и вкусовыми качествами обладают смеси капустного сока с другими.

Приготовить 2 л сока из капусты, 2 л сока из свеклы и 1 л сока из клюквы. Смешать эти соки. Смесь соков разлить в подготовленные сухие банки и пастеризовать при 90 °С: пол-литровые банки — 15 минут, литровые — 20 минут, трехлитровые — 30 минут. Закатать банки, перевернуть вверх дном, оставить на сутки.

Таким же образом можно приготовить смесь капустного сока с морковным (в соотношении 1:1 или 1:2), капустного — с яблочным (1:1 или 1:2), капустного — с морковным и свекольным (2:3:1).

Сок из крапивы

1 кг крапивы, 1 л холодной кипяченой воды.

Молодые побеги и листья крапивы пропустить через мясорубку, добавить 500 мл холодной кипяченой воды, перемешать, отжать сок через сито. Оставшиеся выжимки вторично пропустить через мясорубку, залить еще 500 мл воды и опять отжать сок. Обе порции сока соединить и перемешать. Использовать для приготовления различных напитков и приправ.

Для более длительного хранения сок разлить в пол-литровые банки, пастеризовать при температуре 65–70 °С не более 15 минут, закрыть прокипяченными полиэтиленовыми крышками и хранить в прохладном месте.

Сок морковный

Способ 1 (осветленный сок)

Для приготовления сока берут молодые, свежие, но достаточно зрелые корнеплоды.

Морковь тщательно вымыть, очистить, измельчить и выделить сок с помощью пресса. Сок отстоять, снять с осадка и процедить через 2–3 слоя марли. Нагреть сок до 80–85 °С и сразу же перелить в бутылки или банки, не доливая до краев бутылок 3–3,5 см, банок — 1–1,5 см. Укупорить и стерилизовать при 100 °С в течение 30 минут. Чтобы достичь такой температуры, добавить в стерилизатор соль (400 г на 1 л воды). Пробки и крышки дополнительно укрепить скобами, чтобы их не сорвало во время стерилизации.

Закупоренный сок хранить в темном прохладном месте, но только при положительной температуре. Тогда морковный сок сохраняет все питательные и целебные свойства свежей моркови.

Способ 2 (сок с мякотью)

Морковный сок, полученный традиционным способом, беден биологически активными веществами. Поэтому целесообразнее из моркови готовить сок с мякотью, в котором сохраняются все ценные свойства моркови.

Морковь тщательно вымыть и очистить, залить небольшим количеством воды и разварить до мягкости. Отвар процедить, морковь протереть через сито. Если полученное пюре слишком густое, разбавить его небольшим количеством прокипяченной воды. Переложить в банки и стерилизовать (*см. предыдущий рецепт*).

Сок томатный стерилизованный

Берут зрелые свежесобранные помидоры. Помидоры после дозаривания для приготовления сока непригодны.

Плоды вымыть, вырезать невызревшие и поврежденные части, нарезать дольками и слегка отжать сок. Нарезанные помидоры распарить. Для этого вылить сок в эмалированную кастрюлю, сверху обвязать марлей и на нее положить нарезанные помидоры. Сок довести до кипения и через 3–4 минуты, когда помидоры распарятся, протереть их через редкое сито. Затем смешать пюре с соком, подогреть до 85 °С и вылить в горячие банки или бутылки.

Стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки и бутылки — 30 минут, литровые — 40 минут. Банки закатать, бутылки укупорить прокипяченными пробками, быстро охладить и залить сургучом.

Сок свекольный

Для приготовления сока берут свежеубранную свеклу или свеклу в первые месяцы хранения. Корнеплоды должны быть упругие и сочные, с темноокрашенной мякотью.

Свеклу вымыть и бланшировать паром в течение 30 минут. Для этого в большую кастрюлю или бачок налить немного воды, сверху натянуть марлю, положить на нее свеклу, закрыть крышкой и поставить на слабый огонь. Свеклу с кожицей натереть на терке или пропустить через мясорубку. Полученную массу отжать. Сок процедить через фланель или несколько слоев марли, добавить лимонный сок или лимонную кислоту (на 1 л сока — 7 г кислоты), подогреть до 80 °С, разлить в бутылки или банки и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки — 10 минут, литровые — 15 минут.

Сок свекольно-капустный

1 кг свеклы, 250 мл сока квашеной капусты, цедра лимона.

Свеклу вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Свеклу и цедру лимона положить в эмалированную кастрюлю, добавить 0,4–0,5 л воды и кипятить на слабом огне под крышкой 20–25 минут. Сок слить, а оставшуюся массу вновь залить 0,3–0,4 л воды и кипятить 5–10 минут. Сок слить еще раз и снова добавить в массу воду. Сок квашеной капусты смешать со свекольным, подогреть до 80 °С, разлить в бутылки или банки и стерилизовать в кипящей воде: пол-литровые банки или бутылки — 10 минут,

литровые — 15 минут.

Закатываем без стерилизации

Сок томатный

Зрелые помидоры нарезать дольками, довести до кипения и отжать сок (он будет содержать мелкие, раздробленные частички мякоти).

Полученный сок прокипятить в течение 12–15 минут и немедленно перелить в горячие литровые или лучше двухлитровые банки так, чтобы сок чуть выплеснулся наружу. Сразу же, не допуская потерь тепла, закатать банки прокипяченными крышками, перевернуть вверх дном и оставить на сутки.

Хранить в темном холодном помещении, но при плюсовой температуре.

Сок из помидоров, тыквы и моркови

По 1 л томатного, тыквенного и морковного соков, 5 зрелых зонтиков укропа.

Смешать свежеприготовленные соки, положить туда вымытые зонтики укропа, довести до кипения и кипятить в течение 5 минут. Разлить кипящую смесь в сухие горячие банки вместе с зонтиками укропа так, чтобы сок чуть-чуть выплеснулся, и немедленно закатать прокипяченными крышками. Перевернуть банки вверх дном, оставить на сутки.

Сок из свеклы, тыквы и яблок

По 1 л свекольного, тыквенного и яблочного соков, 1 столовая ложка семян аниса или зрелого укропа.

Свеклу, тыкву, яблоки вымыть, обдать кипятком, очистить, измельчить и отжать сок из каждых овощей по отдельности. Смешать соки и этой смесью залить семена аниса или укропа. Довести до кипения, прокипятить в течение 5 минут, разлить в сухие стерилизованные банки и сразу закатать.

На скорую руку

Морковный сироп без сахара (старинный рецепт)

Морковь тщательно (со щеткой) перемыть, положить в котел с водой и варить. Когда морковь «поразмякнет», вынуть ее из воды и протереть на крупной терке. Из тертой моркови отжать сок, процедить его через 2 слоя марли в большую кастрюлю и уваривать на слабом огне до густоты сахарного сиропа.

Когда остынет, разлить в сухие, обработанные паром бутылки, крепко заткнуть пробками и хранить в холодном месте (лучше всего в погребе).

Этот сироп очень стоек и может сохраняться без потери свойств в течение 3 лет.

Сироп из чеснока

100 г очищенного чеснока, 150 г гречишного меда.

Свежий крепкий очищенный чеснок измельчить, залить гречишным медом и нагреть на небольшом огне, затем снять с огня и непрерывно размешивать в течение 20 минут. За это время чеснок должен раствориться в сиропе (в процессе размешивания можно еще подогреть).

Накрыть сироп крышкой и, часто помешивая, чтобы не подгорел, довести до кипения.

Когда закипит, добавить в сироп немного дистиллированной или талой воды. Размешать, дать снова закипеть, снять с огня, профильтровать, перелить в сухую стерилизованную, плотно закрывающуюся посуду. Хранить в холодильнике.

Сырые овощи

Квашеная свекла

5 кг свеклы, 100 г тмина, 500 г ржаного хлеба.

Свеклу тщательно промыть и очистить, сложить в кадку или стеклянную банку, пересыпать тмином и залить холодной водой, оставив сверху достаточно места. Затем взять немного хлебного раствора, развести теплой водой, процедить и влить в посуду со свеклой.

Положить на свеклу деревянный кружок (он должен находиться ниже края посуды), закрыть его холстом, чтобы проходил воздух, и поставить посуду в теплое место для брожения.

Воду доверху не доливать, чтобы осталось место для пены, которая поднимается, когда свекла закисает. Поставить свеклу в теплое место, тогда она быстро закиснет, а затем вынести на холод.

Моченая свекла (старинный рецепт)

Согласно народным приметам, мочить свеклу надо на последней четверти луны, такая свекла бывает всегда мягкой.

Корнеплоды оскоблить ножом, потом хорошо вымыть, сложить в большую кадку, когда она наполнится, залить водой. До Рождества Христова, сколько берется рассола, столько и доливается; после Рождества заливать воду нельзя, потому что свекла вся вымокнет.

Кто хочет постоянно иметь свежий свекольный рассол (который употребляется в соусы и супы), тот не должен осенью замачивать всю свеклу, а половину оставить свежей и квасить ее каждые 3 недели. Если употребляется свекольный рассол, который уже долит водой, то для лучшего вкуса надо сначала вскипятить в нем 1–2 штуки свежей свеклы.

Приправа «Огонек»

1 кг помидоров, 300 г подготовленного корня хрена, 100 г очищенного чеснока.

Спелые, но крепкие мясистые помидоры, хрен и чеснок пропустить по очереди через мясорубку, смешать и разложить в подготовленные банки. Закрыть полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодном месте.

Крыжовенная приправа к мясным блюдам

Способ 1

700 г крыжовника, 300 г чеснока, по 100 г зелени укропа и кинзы.

Крыжовник перебрать, обрезать плодоножки и сухие чашелистики, промыть, отсушить.

Подготовленный крыжовник и очищенный чеснок пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанные укроп и кинзу, перемешать, переложить в чистые сухие банки, закрыть полиэтиленовой крышкой (не закатывать!).

В прохладном месте эта приправа хранится долго.

Способ 2

1 кг зеленого крыжовника, 300 г чеснока, 200 г зелени укропа.

Зеленый недозрелый крыжовник, укроп, очищенный чеснок промыть, отсушить, пропустить через мясорубку, перемешать, разложить в приготовленные банки. Закрыть полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодильнике.

Перед подачей к столу можно добавить сахар по вкусу.

Острая суповая заправка

Болгарский перец и чеснок (в весовом соотношении 1:1) пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, укропа, сельдерея, неострый томатный соус и тщательно перемешать. Хранить в холодильнике.

На семью из 4 человек на всю зиму достаточно приготовить 2 литровые банки.

Чесночная приправа к мясным блюдам

5–7 головок чеснока, 1 чайная ложка зрелых (коричневых) семян укропа, 1,5 л томатного сока.

Чеснок очистить, вымыть, отсушить, мелко порубить, растереть с семенами укропа. Смесь залить томатным соком и тщательно перемешать. Хранить в холодном месте.

Чеснок в растительном масле

Чеснок очистить от шелухи, разделить на зубки и дать полностью просохнуть. Засыпать чеснок в сухую чистую бутылку по плечики и залить растительным рафинированным маслом (оливковым, подсолнечным или кукурузным), не долив 3–4 см до края. Заткнуть горлышко чистой пробкой и убрать в холодильник.

Такой чеснок может храниться несколько лет, не теряя вкуса и твердости, а масло ароматизируется, и его можно использовать в салатах.

Чеснок в кулинарии употребляют в малых дозах. Например, в некоторые салаты, для того чтобы придать им тонкий запах этой приправы, достаточно положить на непродолжительное время натертую чесноком корочку

ржаного хлеба.

Чтобы уменьшить (или даже уничтожить) запах чеснока, следует добавить корицу, бадьян, гвоздику, цедру, мяту, анис, тмин или другие пряности.

Чеснок придает блюду острый, пряный вкус и специфический аромат. Закладывают измельченный чеснок в блюда в самом конце варки, а лучше — когда огонь уже выключен, после чего настаивают блюдо 3–4 минуты.

«Сыр» из тыквы с айвой

1 кг подготовленной (очищенной) тыквы, 300 г японской айвы, 250 г меда, семена тмина для обсыпки.

Тыкву нарезать кусочками, смешать с медом, дать постоять. Выделившимся соком залить нарезанную айву (она должна быть полностью покрыта соком) и отварить ее до мягкости.

Когда айва станет мягкой, добавить к ней тыкву и продолжать варить, пока масса не загустеет. Затем протереть массу через сито, выложить в чистую плотную ткань, придать ей форму головки сыра и поставить под гнет на 3 суток. После этого «сыр» вынуть, смазать растительным маслом и обвалять в семенах тмина.

В прохладном месте такой «сыр» может храниться несколько месяцев.

«Сыр» из тыквы с облепихой

1 кг подготовленной тыквы, 200 мл (1 стакан) облепихового сока, 300 г меда, немного зрелых семян укропа.

Спелую тыкву нарезать, добавить в нее 1/5 часть меда (60 г), перемешать, оставить на 2–3 часа, слить отделившийся сок.

В тыкву влить оставшийся мед и облепиховый сок, варить на слабом огне до загустения. Полученную массу выложить в плотную ткань, придать массе форму головки сыра и поставить под гнет на 2–3 суток. Готовый «сыр» обвалять в размолотых семенах укропа. Хранить в прохладном месте.

Консервированная зелень для первых блюд

Щавель натуральный

Свежие листья перебрать, вымыть и на 1–2 минуты опустить в кипящую воду.

Плотно уложить их в горячие банки, залить горячей водой, в которой они бланшировались, и стерилизовать в кипящей воде 60 минут. Закатать.

Щавель-пюре

Свежие и перебранные листья бланшировать в кипящей воде 3–4 минуты и в горячем виде протереть через протирочное сито или дважды пропустить через мясорубку. Полученное пюре подогреть в эмалированной кастрюле, не доводя до кипения, и разлить в горячие банки. Стерилизовать в кипящей воде 60 минут. Закатать. Перед употреблением тщательно взбалтывать. Использовать для приготовления первых блюд.

Щавель в собственном соку

На дно кастрюли поставить решетку, а на нее — банки, наполненные листьями щавеля. В кастрюлю налить воду и поставить на огонь. Когда вода нагревается, щавель в банках оседает. Добавлять щавель еще и еще — до тех пор, пока зеленой массой, покрытой соком, банки не заполнятся до самого горлышка. Тогда достать их из кастрюли, плотно укупорить полиэтиленовыми крышками и убрать на хранение в прохладное место. Если крышек не хватает, можно просто накрыть банки полиэтиленовой пленкой в 2 слоя и плотно завязать смоченной в воде бечевкой. Ни соли, ни сахара добавлять не надо: щавель сберегает себя собственным кислым соком — щавелевой кислотой.

Зимой использовать для зеленых щей. Эта заготовка также хороша и в качестве начинки для пирогов. Кроме того, из нее можно приготовить оригинальный соус.

Щавель и шпинат натуральные

500 г листьев шпината, 250 г щавеля, 1 стакан воды.

Свежесобранные листья шпината и щавеля перебрать, вымыть, переложить в эмалированную кастрюлю. Добавить воду, на слабом огне довести до кипения. Варить 3 минуты и сразу же фасовать в горячие банки. Стерилизовать в кипящей воде: пол-

литровые банки — 20 минут, литровые — 35 минут.

Пюре из щавеля и шпината

Свежесобранные листья щавеля и шпината (в равных количествах) перебрать, вымыть и бланшировать в кипящей воде 3–4 минуты. В горячем виде протереть листья через сито, пюре переложить в эмалированную кастрюлю, на слабом огне довести до кипения и варить 5–10 минут.

Затем наполнить горячие пол-литровые или литровые банки и стерилизовать в кипящей воде 30–40 минут. Закатать.

Пряная заготовка для зеленых щей

1 кг щавеля, 300–400 г зеленого лука (перьев), 100–150 г петрушки, 50–100 г зелени укропа, несколько веточек эстрагона, веточка мелиссы лимонной.

Листья щавеля и зелень лука, петрушки, укропа мелко нарезать, выложить в эмалированную кастрюлю, накрыть крышкой и поставить на умеренный огонь. Варить 5 минут, сразу расфасовать в прошпаренные банки и герметически укупорить.

Щавель можно заменить листьями мангольда, шпината, лебеды садовой.

Можно готовить как без соли, так и с солью.

Насладимся разносолами

А теперь порадуемся волшебному миру домашних разносолов. Где вы найдете такое разнообразие солений и маринадов, сияющих яркими летними красками и источающих ни с чем не сравнимые ароматы, где вы купите настоящую, «созревшую» квашеную капусту, тем более с клюквой, тмином, морковью, яблоками?! А где вы видели в продаже капусту, квашенную целыми кочанами или маленькими кочанчиками?! А знаете ли вы, что квасить можно не только капусту, но и свеклу, баклажаны и другие овощи?! А что делать с яблоками, если их уродилось много? Неужели все перерабатывать на варенье — с сахаром? Не лучше ли приготовить их мочеными, как и бруснику, и клюкву, и сливы? Это прекрасные приправы не только к мясу и дичи, но и вообще ко многим вторым блюдам, в том числе диетическим. А что вы делаете с красной смородиной — желе? Это, конечно, вкусно, но слишком сладко. Попробуйте ее замариновать, да не жалейте на это пол-литровых банок и подавайте к столу каждый день — это замечательная приправа к любой еде, даже к бутербродам!

Овощные и ягодные соленья на все вкусы

Соление, квашение и мочение — способы консервирования овощей и плодов с помощью молочной кислоты, образующейся при сбраживании сахаров. Принципиальной разницы между этими тремя способами нет, они различаются только видами консервируемого сырья.

Если таким образом консервируют арбузы, огурцы, томаты и другие овощи, это называют **солением**, если плоды (яблоки, груши, сливы) — **мочением**. Капусту **квасят**.

При солении и квашении овощей применяется также соль, которая не только влияет на вкус продукта, но и вызывает плазмолиз растительных клеток, благодаря чему выделяется богатый сахарами клеточный сок. Поваренная соль добавляется обычно в количестве 2–3 % либо непосредственно в измельченные овощи (капусту), либо в виде 4–8 %-ного рассола при солении других овощей. В такой концентрации соль тормозит развитие многих микроорганизмов, практически не влияя на процесс молочнокислого брожения. Более высокая концентрация соли тормозит активность молочнокислых бактерий и ухудшает вкус готового продукта.

Ароматические добавки — укроп, тмин, хрен, горчица, чеснок, чабер, эстрагон и др. — придают продуктам приятный запах и улучшают их вкус. Некоторые из этих добавок содержат эфирные масла или фитонциды. И те и другие подавляют развитие плесеней и дрожжей.

При солении огурцов и помидоров добавляют листья дуба, черной смородины, вишни: в них содержатся дубильные вещества, благодаря которым сохраняется хорошая консистенция овощей или, например, хрустящие свойства у огурцов. Многие добавки обогащают готовый продукт витаминами.

Чтобы получить готовый продукт хорошего качества и стойкий в хранении, нужно соблюдать несколько условий.

Во-первых, заквашиваемые и засаливаемые овощи должны содержать достаточное количество сахаров. Если в овощах содержится мало сахаров, то в процессе брожения образуется недостаточно молочной кислоты и готовый продукт будет нестойким в хранении. Поэтому овощи нужно заквашивать тогда, когда в них содержится наибольшее количество сахара. Некоторые любители специально добавляют в овощи немного сахара (например, в огурцы — 0,5–1 % от массы сырья).

Вторым условием является удаление кислорода из массы сырья, так как без кислорода многие нежелательные

микроорганизмы развиваться не могут. Кроме того, отсутствие кислорода благоприятствует сохранению витамина С. При квашении капусты кислород удаляется тщательным уплотнением. Выделяющийся при этом клеточный сок вытесняет воздух из свободного пространства между частицами сырья. Целые плоды и овощи полностью заливают рассолом, что также предохраняет от разрушения витамина С. В процессе ферментации и во время хранения следят, чтобы продукты были покрыты сверху рассолом, и, если необходимо, доливают свежеприготовленный 3–4 %-ный солевой раствор.

Правильному процессу ферментации способствует и соответствующая температура. Для процесса брожения благоприятна температура от 15 до 22 °С. При более высокой температуре развиваются нежелательные микроорганизмы, например масляно-кислые бактерии; они придают готовому продукту неприятный вкус.

Чтобы ускорить процесс ферментации, посуду с приготовленными и заправленными плодами и овощами обычно держат при комнатной температуре (18–20 °С), а затем до окончания процесса ферментации переносят в более прохладное место (8–12 °С).

Готовые продукты нужно хранить при температуре 0 °С. В этих условиях микробиологические процессы почти полностью прекращаются.

Без соблюдения надлежащих санитарных условий нельзя получить продукцию хорошего качества. Овощи и плоды должны быть свежими, здоровыми, хорошо вымытыми. Тару, оборудование и инвентарь также тщательно моют и дезинфицируют. К сожалению, некоторые хозяйки нередко не обращают на это должного внимания, а ведь ухудшение качества и даже порча готовой продукции часто бывают результатом небрежности при выполнении подготовительных операций.

Некоторые овощи консервируют способом крепкого посола, консервирующим началом является соль. Ткани продукта насыщаются крепким раствором соли, что тормозит или задерживает развитие микроорганизмов.

Соленые овощи употребляют в тех же случаях, что и свежие, но перед использованием их вымачивают, чтобы удалить излишки соли.

Кулинарные блюда, в которые добавляют соленые овощи, предварительно не солят.

Чаще всего применяется сухой посол. Подготовленные овощи тщательно моют, разрезают или рубят и смешивают с сухой солью в таком весовом соотношении: 2 части соли на 8 частей овощей.

Смесь укладывают в подготовленную тару и утрамбовывают до тех пор, пока овощная масса не покроется соком. Сначала тару с засоленными овощами выдерживают 2–3 суток при комнатной температуре, а когда масса осядет, тару дополняют соленой массой из запасной банки и укупоривают.

Чтобы предупредить проникновение атмосферного воздуха в соленый продукт, поверхность его часто заливают тонким слоем растительного масла. Если сока выделилось мало, то поверхность соленого продукта прикрывают пергаментной бумагой, а сверху засыпают солью.

Соленья в рассоле

1. Для приготовления солений можно использовать все виды овощей, но они должны быть спелыми, крепкими, не поврежденными заморозками.

2. Соленья получаются стойкими и вкусными при точном соблюдении указанного соотношения продуктов и соли по весу.

3. Доза соли зависит от вида овощей и способа приготовления соленья.

4. Заливая овощи подсоленной водой, на каждый литр воды следует брать примерно 1 маленькую кофейную чашечку соли.

Когда рассол приготовляют с уксусом и солью, то количество соли следует уменьшить. Соль, взятая в большем количестве, замедляет процесс ферментации.

5. Для приготовления доброкачественных и стойких солений необходимо, чтобы рассол покрывал овощи на 7–8 см. Залив соленье рассолом, надо положить сверху чистую белую ткань и придавить деревянным кружком.

Еще лучше положить венок, сплетенный из виноградных лоз, айвовых и вишневых листьев. Содержащиеся в них дубильные вещества способствуют повышению стойкости соленья.

6. Если ферментация замедляется вследствие избытка соли, необходимо выпустить часть рассола и долить кипяченой воды, а затем несколько раз перелить рассол.

7. Если в рассоле появляется слизь вследствие недостатка соли, его надо слить и переварить, добавив соли, а овощи хорошо промыть. Испорченные овощи следует удалить.

8. Хранить соленья нужно в прохладном помещении.

9. Посуда, в которой хранятся соленья, должна быть совершенно чистой.

Небольшие количества солений рекомендуется хранить в стеклянных банках.

10. Вынув часть соленья, оставшиеся овощи надо снова

хорошо придавить, чтобы они были покрыты рассолом.

Традиционные рецепты

Горошек зеленый соленый

Способ 1

1 кг зеленых зерен горошка, 1 л воды, 300 г соли.

Вылущенный из стручков сладкий зеленый горошек проварить 6–8 минут в соленой воде (20 г соли на 1 л воды), охладить в холодной воде, обсушить. Подготовленный горошек смешать с солью, уложить в банки, залить кипящей водой и укупорить полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодильнике.

Способ 2

1 кг зеленых зерен горошка, 120 г соли.

Заливка: на 1 л воды — 250 г соли.

Вылущенный из зеленых стручков горошек тщательно вымыть. Подготовленные зерна смешать с солью и плотно уложить в банки. В горячей воде растворить соль, довести до кипения, профильтровать через несколько слоев марли. Горячей заливкой заполнить банки с горошком, на поверхность положить деревянный кружок, чтобы горошек был покрыт жидкостью, закрыть полиэтиленовыми крышками и хранить в холодном месте.

Кабачки соленые

1 кг кабачков, 30 г зелени укропа или петрушки, 5 г корня хрена, 1/2 стручка горького перца, 2–3 зубчика чеснока.

Заливка: на 1 л воды — 70–80 г соли.

Для засолки берут кабачки длиной не более 15 см, диаметром 4–5 см, свежие, с плотной мякотью. Кабачки тщательно вымыть и замочить на 2–3 часа в холодной воде.

На дно подготовленной тары положить половину приправ, затем плотно уложить кабачки. Если кабачки солят в большой емкости, то часть специй кладут посредине, а оставшиеся — сверху.

Залить кабачки рассолом, далее все делать, как при солении огурцов *(см. рецепт 187 «Огурцы соленые в бочках»)*.

Капуста соленая

Нашинковать белокочанную капусту, сложить в эмалированную емкость, сверху посыпать тертой морковью и по вкусу — семенами укропа. Смесь капусты со специями перемешать, плотно набить ею заранее простерилизованные сухие банки.

В каждую банку сверху насыпать 2 столовые ложки соли и налить немного холодной кипяченой воды.

Банки подержать в тепле 3 дня, пока не потечет рассол. Поскольку капуста в банках дает усадку, добавить туда той же смеси и рассол и закрыть полиэтиленовой крышкой.

Хранить в прохладном месте.

Капуста получается хрустящей, сочной и не перекисает.

Цветная капуста соленая (старинный рецепт)

Заливка: 3–4 стакана воды, 1 стакан соли.

Разделить кочаны на соцветия, сложить в банки, залить кипятком, накрыть крышкой. Через 30 минут откинуть на решето.

Когда вода стечет и капуста обсохнет, сложить ее опять в банки, залить, процеживая через салфетку, кипящей соленой водой. Когда вода остынет, прикрыть капусту деревянным кружком, положить гнет.

Держать в холодном месте.

Перед употреблением вымочить цветную капусту в чистой воде, периодически меняя ее, затем сварить в большом количестве воды.

Морковь соленая

Способ 1

Заливка: на 1 л воды — 60 г соли.

Свежие здоровые корнеплоды тщательно вымыть в нескольких водах с помощью щетки и плотными рядами уложить в посуду с широким горлом. Залить холодным рассолом, накрыть полотном, сверху положить кружок и гнет. Выдержать морковь 2–3 дня при комнатной температуре, затем перенести в холодное место (температура 0–5 ˚С).

В дальнейшем использовать соленую морковь для кулинарной обработки.

Способ 2

Заливка: на 1 л воды — 60 г соли.

Свежие здоровые корнеплоды тщательно вымыть, очистить, нарезать кусочками одинаковой формы. Морковь плотно уложить в соответствующую посуду и залить рассолом. Далее все делать, как при солении целой моркови *(см. предыдущий рецепт)*.

Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)

100 кг огурцов, 3 кг укропа (стебли с листьями и семенами), 1 кг листьев хрена, 300 г корня хрена, 1 кг листьев черной смородины, 10–15 головок чеснока, 10 стручков красного острого перца.

Рассол: на 10 л воды — 850–950 г поваренной соли при засоле крупных огурцов, 750–850 г — при засоле средних огурцов, 650–700 г — при засоле мелких огурцов.

Лучшие сорта для засола: Должик 105, Нежинский 12, Неросимый, Муромский. Для засола нужно брать огурцы поздних сборов. Наилучшее сырье для соления — огурцы длиной 8–15 см, то есть недозрелые плоды с небольшими семенными камерами и недоразвитыми семенами.

Свежесобранные огурцы вымачивают, периодически меняя воду (не более 6 часов), и моют. Приправы также тщательно моют. Укроп нарезают кусками длиной 15–20 см. Корни хрена и чеснок очищают.

Подготовленные приправы кладут на дно бочек и поверх огурцов. Если бочки вмещают более 100 л, приправы кладут и посредине. Стенки бочки натирают чесноком.

Плотно укладывают в бочки огурцы: чем больше огурцов поместится в посуде, тем выше будет концентрация молочной кислоты при брожении и тем лучше будут сохраняться соленые огурцы.

Если огурцы солят в бочках с двойным дном, то его вставляют после заполнения бочки, а рассол заливают через шпунтовое отверстие.

При засоле в открытых бочках огурцы накрывают сверху полотняной салфеткой, кладут деревянный кружок из лиственных пород и гнет. Чтобы пыль не попадала в бочку, ее тоже накрывают сверху.

После заливки рассолом посуду с огурцами вначале держат в помещении с температурой 18–20 °С, при которой наиболее быстро проходит процесс ферментации. Через несколько дней огурцы переносят в холодное место, где ферментация заканчивается.

В обычном погребе ферментация заканчивается через 30–35

дней.

В первые дни после начала ферментации происходит бурное выделение газов, и уровень рассола повышается, а затем резко снижается. Нужно следить, чтобы огурцы все время были покрыты рассолом. В случае необходимости приливают рассол (на 1 л воды — 20 г соли и 9 г лимонной кислоты).

Правильно приготовленные огурцы имеют светло-зеленый или желто-зеленый цвет, твердые, хрустящие; они легко ломаются пополам, а на разломе не имеют пустот; у них приятный кисло-соленый вкус и запах приправ.

Неудачи при засоле огурцов связаны прежде всего с условиями ферментации и последующего хранения.

Соленые огурцы имеют невысокую кислотность, поэтому при хранении, особенно при повышенных температурах, они часто размягчаются, теряют вкус и запах. Чем ниже температура хранения, тем менее вероятны нежелательные явления.

Оптимальная температура для хранения огурцов — около 1 °С.

Качества соленых огурцов иногда ухудшаются и из-за неправильного подбора сырья. Нужно учитывать, что не все сорта огурцов пригодны для засола. Не годятся и слишком мелкие, менее 7–8 см, и очень крупные огурцы. Мелкие огурцы не приобретают соответствующего вкуса и быстро размягчаются.

Быстрее размягчаются и начинающие желтеть крупные огурцы с развитыми семенами. Пустоты в плодах возникают и на поле при сильном росте, и во время ферментации.

Качество соленых огурцов во многом зависит и от воды — вода должна быть жесткой. Для соления огурцов лучше применять холодную кипяченую воду.

Качество засоленных огурцов во время хранения может пострадать из-за развития на поверхности рассола плесени и пленчатых микроорганизмов. Плесень быстро разлагает молочную кислоту, которая является консервирующим началом соленых огурцов. В такой среде быстро развиваются гнилостные микроорганизмы, огурцы размягчаются и становятся непригодными в пищу.

Чтобы предупредить это нежелательное явление, пленку периодически снимают, а салфетку, кружок и гнет тщательно моют и ошпаривают кипятком. Плесень не развивается, если поверхность рассола посыпать сухим горчичным порошком.

Огурцы соленые в бочках с пряностями

50 кг огурцов, 750 г укропа, 150 г корней и 150 г листа хрена, 100 г чеснока, 30 г свежего (или 7 г сушеного) стручкового красного жгучего перца, 250 г листьев и черешков сельдерея, 250 г листьев черной смородины, рассол (на 10 л воды 600–700 г соли). В качестве пряных добавок можно использовать дубовые, вишневые листья, эстрагон, майоран, чабер и др.

Огурцы перебрать, промыть. Зелень и пряные добавки перебрать, промыть, нарезать кусочками. На дно бочки положить примерно 1/3 зелени и пряностей, затем рядами уложить огурцы до половины бочки, на них положить еще 1/3 зелени и пряностей, затем снова огурцы и сверху — оставшуюся зелень и пряные добавки.

Наполненные бочки укупорить и через шпунтовые отверстия залить рассол.

Чтобы стимулировать быстрейшее развитие молочнокислых бактерий, первые 3 дня бочки с огурцами выдерживают при относительно высокой температуре (15–20 ˚С), затем их помещают в сухое холодное помещение и хранят при температуре от 1 до 4 ˚С.

Для засолки огурцов обычно используют дубовые, буковые, липовые бочки.

Для удаления дубильных веществ из древесины новые бочки замачивают на 2–3 недели, периодически меняя воду каждые 3–4 дня. При этом у рассохшихся бочек ликвидируется течь.

Перед закладкой огурцов бочку ошпаривают крутым кипятком, опустив на дно раскаленный камень или кирпич.

В некоторых районах Белоруссии перед засаливанием огурцов бочку натирают изнутри чесноком, окуривают сухим чабрецом или ополаскивают отваром этой травы.

Пряности, используемые при солении, не только улучшают вкус и аромат огурцов, но и обогащают их витаминами, способствуют их сохранности.

Огурцы соленые в небольшой посуде (засолка)

10 кг огурцов, 320 г укропа, 20 г чеснока, 60 г корня хрена, 70 г листьев сельдерея, петрушки, черной смородины, 14 г черного горького и красного перца.

Рассол: тот же, что при засолке огурцов в бочках по основному рецепту.

В домашних условиях огурцы часто солят в эмалированной посуде и стеклянных банках. При этом придерживаются той же последовательности, что и при засоле в бочках. Приправы

закладывают на дно, а огурцы кладут сверху.

В небольшую посуду предпочтительнее закладывать небольшие огурцы. Рассол заливают с некоторым избытком. Сверху кладут деревянный (не фанерный!) кружок или фарфоровую тарелку и гнет.

Посуду с огурцами накрывают чистой тканью и выдерживают при комнатной температуре несколько дней до начала молочнокислого брожения.

После этого огурцы переносят в холодное помещение с температурой 0–1 °С.

Через 10–15 дней, когда ферментация закончится, посуду доливают рассолом до краев и закрывают крышками.

Огурцы соленые салатные

5 кг огурцов, 2 головки чеснока, 120 г укропа, 7 горошин черного перца.

Заливка: на 1 л воды — 30 г соли.

Огурцы средних размеров промыть, очистить от кожицы, нарезать небольшими кружочками, плотно уложить в банки. В каждую банку добавить очищенный чеснок, измельченную зелень укропа, черный перец и залить горячим рассолом. Банки закрыть полиэтиленовыми крышками и поставить на хранение в прохладное место.

Соленые патиссоны

2 кг патиссонов, 90 г укропа, 30 г сельдерея, 15 г листьев хрена, 1–2 стручка горького перца, 3–5 зубчиков чеснока.

Заливка: на 1 л воды — 50–60 г соли.

Патиссоны с недозрелыми семенами (диаметром около 7 см) хорошо вымыть и срезать плодоножки. Положить на дно банки примерно 1/3 специй, затем патиссоны до половины банки и снова слой специй. Заполнить таким образом банки патиссонами до верха. Сверху положить слой специй. Залить банки рассолом, накрыть крышками и выдержать при комнатной температуре 8–10 дней. Добавить рассол, чтобы он полностью покрыл патиссоны, убрать банки в прохладное место.

Перец крепкого посола

10 кг сладкого перца, 350–400 г соли.

Рассол: на 1 л воды — 50 г соли.

Перец вымыть, вырезать семена, опять вымыть, пересыпать солью и вложить один в другой. Плотно уложить перец в посуду с широким горлом, сверху положить кружок и гнет. Через 12–15 часов, когда перец пустит сок, переложить его в банки с широким горлом, залить холодным рассолом, сверху положить кружок и гнет и оставить все на несколько дней при комнатной температуре, а затем перенести банки в холодное место. Перед употреблением перец вымачивают в холодной воде.

Перец соленый по-чешски

Рассол: на 1 л воды — 20 г сахара, 80 г соли.

Сладкий мясистый перец вымыть, вырезать семена, еще раз вымыть, плотно уложить в банки. Сверху положить кружок и гнет, залить холодным рассолом, накрыть салфеткой и оставить в теплом месте на 10–12 дней. Затем хранить в холодном месте при температуре около 0 °С.

Перец соленый по-польски

Заливка: на 10 л воды — 400 г соли, 20 г лимонной кислоты, растительное масло.

Перец разной степени зрелости (зеленый, желтый, красный) вымыть, обрезать с обоих концов, удалить семена, вставить плоды один в другой по 2–3 шт. Плотно уложить перец в банки, залить кипящим рассолом почти до краев горлышка. Сверху подлить растительное масло. Укупорить, оставить на сутки при комнатной температуре, затем хранить в холодном месте.

Помидоры соленые

10 кг помидоров, 150–200 г зелени укропа, 50 г корня хрена, 100 г листьев черной смородины, вишни и хрена, 10 г дубовых листьев, 20–30 г чеснока, 10–15 г красного острого перца.

Рассол: на 10 л воды — 500–700 г соли для красных и розовых помидоров или 600–800 г — для бурых и зеленых.

Плоды сортировать по величине и степени зрелости, чтобы солить их не в смеси, а отдельно. Зеленые плоды, кроме мелкоплодных, должны быть не менее 3 см. Приправы положить

на дно и затем сверху.

Помидоры вымыть и плотно уложить в тару для засолки. Зеленые помидоры залить горячим рассолом (75 °С). Более зрелые помидоры залить холодным рассолом. Сверху на помидоры положить кружок и гнет, накрыть чистой салфеткой.

Далее уход за солеными помидорами тот же, что и за солеными огурцами *(см. «Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)» и «Огурцы соленые в небольшой посуде (засолка)»)*.

Помидоры с хреном

Спелые помидоры обильно пересыпать тертым хреном и засолить в кадушке (можно и в большой эмалированной кастрюле, и в трехлитровой стеклянной банке).

Зимой, когда витаминов особенно мало, это блюдо, называемое в саратовской области «хренодер», просто незаменимо.

Хранить в холодном месте.

Помидоры с чесноком

Заливка: на 1 кг помидоров — 300 г чеснока, соль по вкусу.

Приготовить заливку: зрелые помидоры пропустить через мясорубку с чесноком и посолить по вкусу. В банку уложить целые крепкие помидоры и залить приготовленной смесью. Закрыть полиэтиленовой крышкой. Хранить в подвале или в холодильнике.

Зеленые помидоры, засоленные по-грузински

10 кг зеленых помидоров, 1–1,5 кг зелени сельдерея, 0,5–1 кг чеснока, 50–100 г свежих стручков красного острого перца, 50–100 г зелени петрушки, 5–6 лавровых листов.

Рассол: на 10 л воды — 600–700 г соли.

Зелень, красный перец и чеснок измельчить и тщательно перемешать. Зеленые помидоры средней величины вымыть и надрезать сбоку до половины.

Начинить смесью зелени с приправами и плотно уложить в посуду с широким горлом.

Каждый слой помидоров перекладывать зеленью с приправами и лавровым листом. Сверху положить кружок и гнет

и залить помидоры холодным рассолом.

Далее поступать, как при засолке огурцов *(см. «Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)» и «Огурцы соленые в небольшой посуде (засолка)»).*

Зеленые помидоры, засоленные с овощами по-болгарски

2 кг зеленых помидоров, 2 кг белокочанной капусты, 3,5 кг сладкого перца, 2 кг моркови, 500 г зелени сельдерея, петрушки и укропа.

Рассол: на 10 л воды — 600 г соли.

Зеленые помидоры мелкоплодных сортов тщательно вымыть. Мясистые плоды сладкого перца средней величины тщательно вымыть и вилкой наколоть в нескольких местах у основания. Морковь (лучше всего сорта Нантская) вымыть и тщательно очистить.

Головку капусты очистить от кроющих зеленых листьев и разрезать на 4–8 частей. Огурцы длиной 7–10 см тщательно вымыть и намочить на 3–4 часа для восстановления тургора.

Подготовленные овощи уложить слоями в посуду с широким горлом. Зелень положить на дно и сверху. Сверху положить кружок и гнет и залить холодным рассолом.

Первые 2–4 дня держать при комнатной температуре, а когда начнется ферментация, перенести в холодное место.

Примерно через 20 дней овощи готовы к употреблению. Хранить при температуре 0–1 °С.

Овощи соленые с зеленью

4 кг моркови, 2,5 кг корня петрушки, 2,5 кг листьев сельдерея, 500 г лука-порея, 500 г листьев петрушки, 1,5 кг соли.

Заливка: на 1 л воды — 250 г соли.

Морковь и коренья тщательно вымыть, обрезать головки и корни и соскоблить кожицу, нарезать соломкой или кубиками. Отсортированные и чисто вымытые листья измельчить. Подготовленные овощи смешать, пересыпать солью и плотно уложить в банки. В воде растворить соль, довести до кипения и рассолом сразу же залить содержимое банок. Банки закрыть полиэтиленовыми крышками.

Использовать для приготовления салатов, заправки, первых блюд и т. д.

Фасоль соленая по-болгарски

Заливка: на 1 л воды — 250 г соли.

Стручки молодой спаржевой фасоли вымыть, обрезать с концов и варить 5–10 минут. Дать стечь воде и плотно уложить в посуду с широким горлом. Залить холодным рассолом, сверху накрыть хорошо промытыми виноградными или черносмородиновыми листьями, положить кружок и гнет. Далее делать все, как при солении огурцов.

Черемша и лук косой соленые

У черемши солят листья с длинными черешками, у лука косого — надземную часть или растения целиком вместе с луковицами. Растения хорошо промыть, обсушить, уложить в бочки или стеклянные банки, переслаивая специями: зеленью укропа, корнями хрена, лавровым листом, душистым перцем и др. Бочки или банки залить 5 %-ным раствором поваренной соли, сверху прикрыть деревянным кругом и положить небольшой гнет. В первые дни на поверхности появляется пена, ее нужно удалять, а круг и гнет несколько раз промыть свежим раствором соли. Через 10–15 дней, когда брожение закончится, емкость долить рассолом, закрыть и поставить в холодное место.

Чеснок в рассоле

Использовать молодой чеснок с оформившимися небольшими головками. Чеснок очистить, промыть и нарезать кусочками длиной около 2–3 см. Затем опустить в подсоленный кипяток, вынуть шумовкой и остудить в холодной воде. Уложить в банки и залить холодным рассолом (для рассола взять равные объемы воды и столового уксуса), добавить по 1 кофейной чашечке соли на 1 л жидкости). Сверху положить гнет, плотно закрыть и поставить в холодное место. Через неделю чеснок готов к употреблению.

Зеленые стебли чеснока в рассоле

350 г очищенных стеблей чеснока.

Заливка: на 1 л воды — 25 г соли и 25 мл столового уксуса.

Нарезанные кусочки молодых стеблей чеснока (до

оформления у него зубчиков и головки) бланшировать 2–3 минуты и немедленно охладить в чистой холодной воде. Затем плотно уложить в банки, утрамбовать и залить рассолом (уровень рассола должен превышать уровень стеблей на 5–10 см). Для того чтобы кусочки не всплыли, прежде чем заливать рассол, их следует накрыть вываренной салфеткой, на которую положить деревянную решетку, а сверху — гнет.

Банки с чесноком поставить для брожения в помещение с умеренной температурой. Во время брожения и хранения чеснока необходимо периодически доливать рассол. Готовый чеснок хранить в сухом прохладном месте.

Укроп соленый в заливке

1 кг укропа, 200 г соли.

Заливка: на 0,8 л воды — 200 г соли.

Молодой укроп перебрать, удаляя желтые и больные листья, тщательно промыть, связать в пучки и повесить для просушивания. Подсохший укроп нарезать на кусочки длиной около 1 см. Подготовленный укроп смешать с солью (на 1 кг укропа — 200 г соли) и плотно уложить в банки по плечики.

В горячей воде растворить соль и залить укроп в банках. Банки закрыть полиэтиленовыми крышками или обвязать пергаментной бумагой. Хранить в темном месте.

К праздничному столу

Баклажаны с толченым чесноком, соленые

Приготовить рассол из воды и соли, чтобы он был крепким, насыщенным. Баклажаны хорошо вымыть, срезать хвостики.

Рассол вскипятить в большой эмалированной кастрюле, опустить туда баклажаны. Накрыть крышкой, а сверху положить небольшой груз (иначе баклажаны, когда начнут закипать, поднимутся и столкнут крышку). Варить до мягкости. Затем аккуратно вынуть шумовкой и разложить на доске, рассол вылить.

Когда баклажаны остынут, разрезать их вдоль от широкого конца к узкому, но не до конца, а так, чтобы половинки можно было раскрывать, как раковину. Положить на 5–6 часов под гнет на наклонную поверхность.

На следующий день баклажаны раскрыть, посыпать внутри

перцем, толченым чесноком и снова закрыть. Готовые баклажаны плотно уложить в эмалированную посуду.

Приготовить рассол из воды, черного перца горошком и лаврового листа (все это класть по вкусу). Дать рассолу закипеть; когда остынет, залить баклажаны, прикрыть кастрюлю полотняной салфеткой, сверху положить деревянный кружок и груз.

Посоленные таким образом баклажаны в прохладном месте могут стоять всю зиму.

Кабачки соленые

10 кг кабачков, 15–20 стеблей укропа, 20 листьев хрена, 3–4 головки чеснока, 2–3 стручка красного жгучего перца, 20 листьев сельдерея, 100 листьев вишни, 50 листьев черной смородины, 80 стеблей эстрагона.

Рассол: 5 л воды, 1,5 стакана соли.

Кабачки промыть со щеткой в теплой воде, срезать хвостики и плодоножки, наколоть острой деревянной палочкой толщиной в спичку. Уложить в бочку рядами. Пряности уложить на дно, в середину бочки и поверх кабачков.

Залив рассолом, оставить для брожения на 2 дня, затем долить рассол так, чтобы он хорошо покрыл овощи, и поставить в холодное место (погреб) на 1 месяц, после чего кабачки готовы. Крышку обернуть в холстину.

Кабачки крайне нежны и быстро портятся. Поэтому солеными их долго не держат, стараясь употреблять в пищу быстрее, чем огурцы.

Огурцы соленые со сладким перцем

10 кг огурцов, 2,6 кг сладкого перца, 60 г чеснока, 350 г зелени укропа, 10 г красного острого перца, 60 г вишневых листьев, 9 г лаврового листа, 60 г дубовых листьев.

Рассол: тот же, что при засолке огурцов в бочках (см. «Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)»).

Перец вымыть, очистить от семян и уложить в банки вместе с огурцами.

Для ускорения брожения огурцы предварительно на 2–3 минуты опустить в кипящую воду.

Солить в бочках или небольшой эмалированной посуде *(см. «Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)» и «Огурцы соленые в*

небольшой посуде (засолка)»).

Огурцы соленые с перцем перед употреблением нарезать и заправить растительным маслом.

Огурцы соленые пряные

10 кг огурцов, 20 г свежего острого перца, 60 г чеснока, 50 г корня хрена, 50 г зелени эстрагона, 30 г зелени укропа, 5 г сушеных листьев майорана.

Рассол: на 10 л воды — 620–650 г поваренной соли в зависимости от величины огурцов (см. рецепт «Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)»).

Эстрагон придает огурцам очень приятный запах и способствует сохранению зеленой окраски.

Солить обычным способом *(см. «Огурцы соленые в бочках (основной рецепт)» и «Огурцы соленые в небольшой посуде (засолка)»).*

Огурцы соленые с чесноком

10 кг огурцов, 60 г чеснока, 15 г свежего или 4 г сушеного красного острого перца, 70 г корня хрена, 60 г зелени эстрагона, 400 г зелени укропа.

Рассол: тот же, что при засолке огурцов в бочках (основной рецепт).

Солить обычным способом *(см. предыдущий рецепт).*

Огурцы малосольные

10 кг огурцов, 300 г зелени укропа, 50 г корня хрена, 3–5 стручков красного острого перца, 10–20 зубчиков чеснока.

Рассол: на 10 л воды — 600 г соли.

Огурцы вымочить в течение 2–4 часов, тщательно вымыть, обрезать с обоих концов для ускорения брожения и плотно уложить в трехлитровые банки. Приправы положить на дно и затем сверху.

Приготовить рассол, дать отстояться, фильтровать, подогреть до температуры 50–60 °С и залить в банки с огурцами. Завязать банки марлей. Через 2–4 дня ферментация заканчивается, и огурцы готовы к употреблению.

Чтобы ускорить процесс брожения, в рассол можно положить

небольшой кусок ржаного хлеба и прилить немного рассола из соленых огурцов.

Огурцы соленые по-польски

5 кг огурцов, 5 кг сладкого перца, 15–20 зубчиков чеснока, 150–200 г укропа с семенами, 15–20 горошин черного горького перца.

Рассол: на 10 л воды — 300–600 г соли.

Огурцы с приправами уложить в бочки или стеклянные банки и залить горячим рассолом. Сверху положить кружок, гнет, накрыть салфеткой и поставить в теплое место.

Через 2–3 дня добавить сладкий перец. Чтобы он занимал меньше места, очистить от семян, а стручки вложить один в другой.

Долить рассол, положить кружок и гнет и оставить еще на 2–3 дня в теплом месте. После этого перенести в холодное место.

Нужно следить, чтобы огурцы все время были покрыты рассолом.

При необходимости приливать рассол (на 1 л воды — 30–60 г соли).

При появлении плесени салфетку и гнет тщательно вымыть и ошпарить, а плесень удалить.

Соленые огурцы с уксусом и водкой

Заливка: 10 л воды, 500 г соли, 1 стакан виноградного уксуса, 3/4 стакана водки.

Подготовленные огурцы уложить в банку с душистыми травами и налить заливку.

Приготовление заливки: вскипятить воду с солью, дать остыть и добавить в нее уксус и водку. На другой день огурцы долить холодной заливкой, плотно закрыть банку и поставить в холодное место. Эти огурцы сохраняются долго.

Перец соленый, фаршированный овощами

Фарш: 150 г очищенной моркови, 800 г белокочанной капусты, по 25 г зелени петрушки, укропа и сельдерея, 30 г соли.

Рассол: на 1 л воды — 30 г соли.

Из зрелого мясистого сладкого перца вырезать семена, плоды вымыть, дать стечь и в каждый плод насыпать соли из расчета 15–

20 г соли на 1 кг очищенного перца. Выдержать 2–3 часа.

Морковь очистить и нарезать соломкой. Капусту мелко нашинковать. Зелень измельчить.

Все овощи тщательно перемешать в тазу и заправить солью. Готовым фаршем плотно заполнить перец. Фаршированные плоды уложить в банки и залить холодным рассолом.

Первые 10–12 дней держать при комнатной температуре, затем перенести в холодное место.

Соленые помидоры с горчицей

Пряности и специи на 10 кг помидоров: 50 г горчицы, 30 г чеснока, 200 г укропа, 30 г хрена, 25 г эстрагона, по 100 г листьев вишни и смородины, 20 горошин черного перца.

Заливка: 10 л воды, 300 г соли.

На дно эмалированной кастрюли насыпать ровный слой горчицы. Помидоры хорошо вымыть, плотно уложить в кастрюлю, переложить пряностями — укропом, эстрагоном, чесноком, перцем, листьями вишни и смородины.

Закрыть помидоры полотняной салфеткой, влить холодную заливку, положить деревянный круг, на него — гнет.

Через 6–7 дней поместить помидоры в холодное место.

Любителям щегольнуть

Пелюстка из капусты

Выбрать некрупные тугие головки белокочанной капусты. Сделать со стороны кочерыжки 2 или 3 надреза (в последнем случае — крестообразно), разрезать не до конца, чтобы кочан не развалился.

Надрезанную капусту сложить в кастрюлю и залить кипятком или горячей подсоленной водой. Затем поставить кастрюлю на огонь и кипятить 5–6 минут с момента закипания. Готовность проверять вилкой: если она входит в капусту свободно, пора ее вынимать из воды.

Разложить кочаны на тарелках, дать время отвару стечь, а капусте — немного остыть. Потом каждую головку перерезать до конца, полученные части подсолить, обсыпать тмином и смазать свежей горчицей внутренние листья.

Подготовить кадочку (или эмалированный бак), открыть емкость с солеными огурцами и складывать в кадочку капусту и

огурцы приблизительно в равных весовых долях. Все это залить огуречным рассолом, а сверху положить «огуречные» специи и лавровый лист. Накрыть дощечкой с небольшим гнетом. Кадочку поставить в теплое место.

Через неделю пелюстка готова. При подаче к столу нарезать капусту на крупные дольки, сдобрить их подсолнечным маслом. Это очень аппетитное блюдо.

Морковь и цветная капуста соленые

Заливка: на 1 л воды — 50 г соли.

На дно банки положить зелень сельдерея, листья винограда, укроп, сверху — нарезанную небольшими кусочками морковь и соцветия цветной капусты. Накрыть зеленью сельдерея, укропом, добавить несколько горошин душистого перца и влить кипящую заливку. Банку закрыть пергаментной бумагой. Когда банка остынет до комнатной температуры, поставить ее в холодное место.

Огурцы соленые с перцем

10 кг огурцов, 350 г зелени укропа, 60 г чеснока, 10 г острого перца, 60 г вишневых листьев, 60 г дубовых листьев, 9 г лаврового листа.

Заливка: на 5–6 л воды — 4–4,5 л протертых плодов сладкого перца, соль — в зависимости от величины огурцов *(см. рецепт 187 «Огурцы соленые в бочках»)*.

Перец вымыть, очистить от семян, пропустить через мясорубку. Соль растворить в воде, в рассол добавить кашицу сладкого перца. В остальном солить обычным способом *(см. рецепты 187 «Огурцы соленые в бочках» и 189 «Огурцы соленые в небольшой посуде»)*.

Огурцы в тыкве

Заливка: на 10 л воды — 400 г соли.

Отобрать самые мелкие, плотные и упругие огурцы. Выбрать зрелую плотную тыкву, желательно круглую, чтобы ее можно было поставить на стол. Вырезать плодоножку вместе с частью прилегающей к ней мякоти в виде круглой крышки. Через образовавшееся отверстие ложкой вынуть семена. Огурцы плотно

уложить внутрь тыквы и залить слабым рассолом. Пряности не добавлять. Закрыть тыкву вырезанной из нее крышкой, плотно прикрепить ее к тыкве деревянными палочками. Затем опустить тыкву в середину бочки, в которой засаливают огурцы обычным способом.

Огурцы в тыкве приобретают нежный аромат и хороший вкус. Хранить их надо на холоде.

Огурцы в огурцах

На 10 кг молодых зеленых огурцов: 10 кг перезревших огурцов, 600 г соли, хрен, укроп, горький стручковый перец, чеснок.

Отобрать поврежденные и пожелтевшие огурцы (но не гнилые и не прокисшие), мелко нарубить (как капусту), посолить и выдержать до появления сока.

Переложить в подготовленную посуду, переслаивая рубленые огурцы подготовленными целыми огурцами и пересыпая их промытой зеленью и кореньями. В самом низу и в самом верху должны быть толстые слои рубленых огурцов. Можно каждый слой огурцов отдельно посыпать солью.

Особенность этого рецепта в том, что здесь рассол готовится не из воды и соли, а из соли и огуречного сока, так как изрубленные, смешанные с солью огурцы выделяют сок.

Перец соленый с огурцами

10 кг сладкого перца, 15–20 огурцов, 2–3 головки чеснока, 100–150 г укропа с семенами.

Заливка: на 10 л воды — 200–400 г соли.

Сладкий перец вымыть, обрезать с обоих концов и удалить семена. Один плод оставить с семенами и разрезать пополам.

Огурцы средней величины вымыть и наколоть вилкой в нескольких местах. Укроп вымыть и нарезать кусками длиной 10–15 см.

Подготовленные овощи и приправы плотно уложить в посуду с широким горлом, накрыть кружком, положить гнет и залить горячим рассолом.

Оставить при комнатной температуре на 2–3 дня, затем перенести в холодное место.

Соленье из сладкого перца с цветной капустой и виноградом

Заливка: на 1 л воды — 1 л 3 %-ного уксуса, 120 г соли.

Отобрать зрелые красные перцы правильной формы, вымыть и удалить семена, аккуратно вырезав отверстие вокруг плодоножки.

Подготовленные перцы опустить на 1 минуту в слегка подсоленную кипящую воду для слабого размягчения.

В каждый перец положить смесь из мелко нарезанного корня сельдерея, зелени петрушки и по 1 соцветию цветной капусты.

Наполненные перцы уложить в банку, помещая их отверстием вверх.

Между перцами поместить гроздья винограда с 10–12 ягодами, морковь и сельдерей, нарезанные фигурным ножом, а также ломтики хрена.

Уложенную смесь залить горячей заливкой. Сверху надавить решеткой, чтобы овощи оставались погруженными в жидкость.

Банки закрыть и хранить в холодном помещении.

Помидоры, засоленные с молодой кукурузой

На 1 кг помидоров: 50–60 г соли, лавровый лист, перец горошком, зонтики укропа, стебли и листья кукурузы.

Отобрать красные с прозеленью твердые помидоры. Помидоры, пряности, молодые стебли и листья кукурузы вымыть в холодной воде.

На дно подготовленной посуды положить листья черной смородины, предварительно ошпаренные кипятком, слой кукурузных листьев, затем рядами помидоры и пряности.

Молодые стебли кукурузы нарезать кусочками длиной 1–2 см и переслаивать ими каждый ряд помидоров. Сверху помидоры накрыть листьями кукурузы и залить чистой водой.

Соль всыпать в чистый марлевый мешочек, который положить поверх кукурузных листьев так, чтобы он находился в воде.

Посуду накрыть деревянным кругом и положить небольшой гнет.

Стахис соленый

11 кг сырых клубней стахиса, 1,3 кг укропа, 200 г хрена, 120 г чеснока, 40 г стручкового перца, 240 г листьев черной смородины.

Заливка: 8 л 7 %-ного рассола (560 г соли на 7,5 л воды).

Вымытые клубни разложить в стеклянные банки, на дно которых положить пряности: укроп, чеснок, перец, хрен, листья

черной смородины и др. Когда банки наполнятся наполовину, добавить еще пряностей. Затем снова уложить стахис. Верхний слой — пряности. Залить клубеньки заливкой и укупорить полиэтиленовыми крышками.

Через 5 дней, в течение которых банки хранятся при комнатной температуре, добавить рассол до самого верха. Хранить в холоде.

Физалис овощной соленый

1 кг физалиса.

Заливка: 1 л воды, укроп, эстрагон, листья смородины и вишни, чеснок, 2 столовые ложки соли.

Промытые плоды уложить в эмалированную посуду рядами, пересыпая измельченной зеленью и чесноком, выдержать 8–10 часов, затем добавить заливку. Сверху положить чистую белую ткань и деревянный кружок с небольшим гнетом.

Можно засаливать физалис с огурцами.

Ягодные соленья

Барбарис соленый (старинный рецепт)

Заливка: на 3 стакана воды — 1/4 стакана соли.

Поздно осенью собрать барбарис цельными веточками, сложить в чистую сухую банку, залить остывшей вскипяченной соленой водой. Обвязать банки. Если появится плесень, слить воду, залить такой же свежей.

Этим барбарисом можно гарнировать кушанья, а также вместе с пикулями подавать к жаркому.

Крыжовник соленый

Заливка: на 1 л воды — 50 г соли.

Ягоды выложить в стеклянную или эмалированную посуду, залить рассолом, накрыть крышкой, сверху положить груз и поставить в холодное место. Крыжовник готов через 2 месяца.

Используется для приготовления салатов или в качестве гарнира к мясным блюдам.

Соленье-ассорти из яблок, слив и пастернака

1 кг яблок, 500 г слив, 500 г корней пастернака, 5 листиков лимонника.

Заливка: 1 л воды, 20 г соли, 50 г сахара (вместо сахара можно взять 5 г корня солодки).

Яблоки очистить, удалить сердцевину, нарезать дольками. Пастернак нарезать, сливы очистить от косточек и разрезать поперек.

Все компоненты бланшировать 1 минуту, уложить в банки и залить горячей заливкой. Закатать.

Арбузы соленые в банках

2 л воды, 2–3 зубчика чеснока, по 1 столовой ложке соли и сахара, 1/2 чайной ложки сухой горчицы.

Любой арбуз (зрелый, полузрелый или даже незрелый) вымыть, нарезать ломтиками, уложить в банки, на дно которых положить чеснок. Арбуз должен занимать не более 3/4 объема банки.

Добавить соль, сахар, сухую горчицу и залить холодной кипяченой водой.

Банки завязать чистой тканью, подержать несколько дней в тепле, затем накрыть полиэтиленовыми крышками и поставить в прохладное место.

Соленья в собственном соку

Баклажаны соленые

Отобрать хорошо вызревшие, но не перезревшие баклажаны среднего размера, вымыть их, надрезать вдоль примерно на 2/3, плотно уложить в эмалированную кастрюлю или стеклянную банку, перекладывая зеленью (укропом, эстрагоном) и посыпая каждый ряд солью.

Здесь очень важно не пересолить баклажаны — количество соли должно составлять 2–3 % массы баклажанов, зелени — не более 5 %.

Когда баклажаны пустят сок, поставить их под гнет и неделю держать при комнатной температуре, а потом поставить в прохладное место.

Можно залить баклажаны рассолом (600 г соли на 10 л воды) с добавлением чеснока, хрена, эстрагона, чабера, базилика, корицы, гвоздики. Баклажаны будут готовы через 1–1,5 месяца.

Баклажаны фаршированные соленые

Баклажаны (некрупные), черный перец горошком, лавровый лист, чеснок.

Овощной фарш: 3 части сладкого мясистого перца, 1 часть моркови, зелень укропа и петрушки, соль.

Промытые баклажаны очистить, опустить в кипящую несоленую воду на 5–7 минут, потом попробовать вилкой: если легко входит и слышится хлопок, то баклажаны готовы. Плоды вынуть и дать остыть. Чеснок очистить и мелко нарубить или натереть на терке.

Приготовить фарш: мелко нарезать петрушку и укроп, перец очистить от семян и нарезать короткой соломкой, морковь натереть на крупной терке. Все, кроме чеснока, перемешать и хорошенько посолить: 2 столовые ложки соли на литровую банку консервов.

В прорезь каждого баклажана положить по 1/2 чайной ложки тертого чеснока и всю полость набить фаршем. Затем баклажаны плотно уложить вертикально в банки, пересыпая перцем и лавровым листом. Сверху положить гнет. Поставить в холодное место, оставить на месяц.

При подаче на стол баклажаны нарезать, добавить шинкованный репчатый лук.

Морковь соленая с хреном

10 кг моркови, 600 г репчатого лука, 20 г хрена, 200 г сахара, 250 г соли.

Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Репчатый лук очистить, нашинковать. Хрен вымыть, очистить, пропустить через мясорубку.

Подготовленные продукты смешать, добавить сахар, соль, плотно уложить в посуду (деревянная бочка, стеклянная банка с широким горлом), накрыть крышкой, поставить под гнет и оставить на 6–10 дней при комнатной температуре.

Если морковь не пустила сок, то ее следует залить подсоленной водой (на 1 л воды — 25 г соли).

Затем тару с морковью перенести в прохладное место и оставить на 30–35 дней.

Перец соленый

1 кг перцев, 50 г соли.

Отобрать зрелые здоровые плотные сладкие перцы, освободить их от плодоножек и семян, каждый стручок посолить изнутри. Перцы вложить один в другой, поместить в эмалированную посуду или глиняный горшок, поверх перцев положить холщовую салфетку, деревянный кружок и гнет. Когда перцы выпустят сок, перенести посуду в холодную кладовку или погреб, покрыть чистой тканью. Перед употреблением перцы тщательно промыть и вымочить в холодной воде.

Засоленные перцы можно использовать для салатов, а также для фарширования.

Помидоры соленые в собственном соку

10 кг помидоров, 150–200 г зелени укропа, 50 г корня хрена, 100 г листьев черной смородины, вишни и хрена, 10 г дубовых листьев, 10–15 г красного острого перца в стручках (сушеного), 20–30 г чеснока.

Рассол: на 10 л дробленых помидоров — 500–700 г соли.

Для засолки этим способом лучше брать плоды консервных сортов (Маринадный и др.).

Для заливки использовать зрелые крупные сочные помидоры. Вымыть их, раздавить деревянным пестиком или пропустить через мясорубку и заправить солью.

Далее делать, как указано в *рецепте 195 «Помидоры соленые»*.

Помидоры зеленые соленые в собственном соку

10 кг зеленых помидоров.

Специи: 200 г укропа, 100 г корня хрена, 10 г листьев черной смородины, 10 г листьев хрена, 30 зубчиков чеснока, 15 г красного молотого перца.

Для соуса: 6 кг спелых помидоров, 350 г соли.

Для засолки отобрать зеленые помидоры одинаковой спелости размером не менее 3 см в диаметре.

Приготовить соус: зрелые помидоры промыть, пропустить через мясорубку, добавить соль. На дно подготовленной посуды выложить половину специй, промытые зеленые помидоры, сверху — вторую половину специй и залить доведенным до кипения соусом. Сверху помидоры закрыть крышкой, поставить под гнет и оставить при комнатной температуре. Через 1–3 дня посуду с помидорами перенести в холодное место.

Помидоры в собственном соку готовы к употреблению через 30–35 дней. Хранить в холодильнике.

Фасоль соленая

1 кг зеленой фасоли, 150 г соли.

Стручки молодой спаржевой фасоли вымыть, обрезать с концов и варить 5–10 минут. Охладить в холодной воде и обсушить.

Подготовленную фасоль уложить в посуду с широким горлом, пересыпать солью, сверху положить кружок и гнет. Через сутки, когда фасоль осядет, доложить посуду свежей фасолью, засыпать солью по края посуды и укупорить.

Физалис соленый с капустой

5 кг физалиса, 5 кг капусты, 300 г соли.

Физалис промыть, бланшировать 2–4 минуты и охладить. На дно посуды для засолки выложить слой нашинкованной капусты, затем — ряд овощного физалиса, пересыпая все солью. Необходимо учитывать, что физалис впитывает соли больше, чем капуста, поэтому капусту следует немного пересолить.

Соленья-приправы ко вторым блюдам

Аджика

2,5 кг сладкого перца, 100 г чеснока, 1 стручок жгучего перца, 1/2 пучка зелени, 500 г томатной пасты, сахар и соль по вкусу.

Все овощи пропустить через мясорубку, добавить томатную пасту, соль и сахар, хорошо перемешать, разложить в чистые сухие банки, плотно закрыть крышками. Хранить в холодильнике.

Приправа-ассорти

По 500 г красного сладкого (болгарского) перца, моркови и репчатого лука (среднеострых сортов), по 250 г помидоров и зелени петрушки, 100 г чеснока (можно обойтись и без чеснока), растительное масло, соль по вкусу.

Овощи мелко измельчить ножом (но не через мясорубку),

посолить по вкусу, перемешать, плотно уложить в небольшие плоские баночки (лучше всего по 250 мл), сверху залить растительным маслом слоем 2 см, плотно завязать пергаментной бумагой или закрыть полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодильнике.

Жгучая приправа из перцев

По 500 г сладкого красного и зеленого перца, 100 г чеснока, 300 г петрушки (корень с зеленью), 1 стручок жгучего красного перца, растительное масло, соль по вкусу.

Овощи и зелень вымыть, обсушить, подготовить (из перца удалить семена), пропустить через мясорубку, посолить по вкусу, разложить в 250-граммовые чистые сухие баночки, залить на 2 см растительным маслом, завязать пергаментом или плотно закрыть крышками (полиэтиленовыми или завинчивающимися). Хранить в холодильнике.

Жгучая приправа из помидоров

1 кг помидоров, 7–8 зубчиков чеснока, 6–7 стручков сладкого перца, 1 стручок жгучего перца, по 2–3 пучка укропа и петрушки, 1 столовая ложка соли.

Овощи и зелень пропустить через мясорубку, добавить соль, тщательно перемешать. Разложить в чистые сухие банки емкостью 250 мл.

Плотно закрыть крышками (полиэтиленовыми или завинчивающимися). Хранить в холодильнике.

Приправа из помидоров острая

3 кг помидоров, 1 стакан очищенного чеснока, 200–300 г хрена, соль по вкусу.

Пропустить через мясорубку помидоры, чеснок и хрен, добавить соль по вкусу, тщательно перемешать и разложить в чистые сухие банки емкостью 250 мл.

Приправа из перцев и помидоров острая

500 г сладких перцев, 200 г красных горьких перцев, 300 г

чеснока, 500 г спелых помидоров, 50 г хмели-сунели, 50 г растительного масла, 150 г соли.

Промыть сладкие перцы, очистить от семян и вместе с очищенными зубчиками чеснока пропустить через мясорубку. Красные горькие перцы без плодоножек и спелые помидоры тоже пропустить через мясорубку. Добавить хмели-сунели, еще раз все вместе пропустить через мясорубку. Посолить, тщательно перемешать, добавить растительное масло, по желанию можно добавить толченые грецкие орехи, расфасовать в банки, укупорить полиэтиленовыми крышками.

Приправа из зеленых помидоров с хреном

Способ 1

1 кг помидоров, по 250 г чеснока и хрена, 2 стручка красного горького перца, уксус, сахар, соль по вкусу.

Мясистые стручки красного перца, перезрелые помидоры пропустить через мясорубку, прокипятить. Чеснок, корень хрена пропустить через мясорубку, добавить соль, сахар, уксус, перемешать и соединить со смесью из перцев и помидоров. Хорошо перемешать, уложить в банки, укупорить полиэтиленовыми крышками.

Способ 2

1 кг помидоров, по 200 г чеснока и хрена, сахар и соль по вкусу.

Помидоры пропустить через мясорубку, чеснок и хрен натереть на мелкой терке, добавить соль, сахар, массу хорошо перемешать, уложить в банки и укупорить полиэтиленовыми крышками.

«Хренодер» с маслом

Промытые и очищенные корни хрена пропустить через мясорубку и вылить 1,5 стакана этой мезги в трехлитровую банку, затем влить туда же 1 стакан растительного масла. Свежие зрелые помидоры тоже пропустить через мясорубку, посолить по вкусу и залить этой массой банку с хреном. Тщательно перемешать, долить банку до самого края, закрыть полиэтиленовой крышкой и поставить в холодильник.

Через 1–2 суток получается вкуснейшая приправа. Эта приправа хорошо сохраняется в холодильнике в течение 1–2 месяцев.

Овощные заправки

Заправка для борща

1 кг болгарского перца, 1 кг помидоров, 1 кг репчатого лука, 1 кг моркови, 600 г зелени петрушки, 600 г зелени укропа, 1 кг соли.

Все очень мелко нарезать, перемешать с солью. Расфасовать по небольшим банкам, закрыть их полиэтиленовыми крышками и убрать в прохладное место.

Зимой, готовя борщ, бульон не солить — достаточно добавить заправку.

Острая суповая заправка

Болгарский перец и чеснок (в весовом соотношении 1: 1) пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанную зелень петрушки, укропа, сельдерея, неострый томатный соус и тщательно перемешать. Хранить в холодильнике.

На семью из 4 человек на всю зиму достаточно 2 литровых банок.

Заправка домашняя

500 г помидоров, 10–12 стручков красного горького перца, 1 стакан очищенных зубчиков чеснока, 5 среднего размера головок репчатого лука, по 50 г измельченной зелени укропа и петрушки, 3–4 горошины душистого перца, 1/2 мускатного ореха, 30 г соли.

Спелые помидоры обдать крутым кипятком, очистить от кожицы. Очистить репчатый лук и чеснок, обрезать у красного горького перца плодоножки, дважды пропустить через мясорубку вместе с помидорами. Добавить душистый молотый перец.

Плотно укупорить в стеклянных банках и хранить в прохладном месте.

Заправка для первых и вторых блюд

Способ 1

500 г зрелых крепких помидоров, 500 г репчатого лука, 500 г моркови, по 150 г зелени петрушки и укропа, 150 г сладкого

зеленого перца, 500 г соли.

Все овощи перемыть, обсушить, мелко нарезать, выложить слоями в подготовленные чистые сухие банки, пересыпая каждый слой солью. Уплотнить и закрыть полиэтиленовыми крышками или сложенной вдвое пергаментной бумагой.

На 3 л супа добавлять 1 столовую ложку смеси.

Способ 2

1 кг моркови, 1 кг крепких (лучше бурых) помидоров, 1 кг репчатого лука, 600 г сладкого перца, 300 г зелени укропа и петрушки, 1 корень петрушки, 800 г соли.

Натереть на крупной терке морковь и корень петрушки, нарезать очень мелко помидоры, репчатый лук, перец, зелень укропа и петрушки. Добавить соль и все тщательно перемешать. Плотно уложить в банки и закрыть полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодильнике.

Овощная заправка с сельдереем

1 кг моркови, 1 кг петрушки, 1 кг сельдерея, 1 кг красного сладкого перца, 1 кг репчатого лука, 1 кг лука-порея, 1 кг соли.

Свежие овощи тщательно перебрать, промыть, зелень разложить на салфетку, обсушить, все мелко нарезать, добавить соль, хорошо перемешать, плотно уложить в чистые сухие банки, хорошо утрамбовать, сверху насыпать тонкий слой соли, банки покрыть пергаментной бумагой, завязать или закрыть завинчивающимися крышками. Хранить в холодильнике.

Чесночная овощная заправка

3 кг помидоров, 3 кг моркови, 2 кг петрушки, 2 кг чеснока.

Красные помидоры, морковь, чеснок, петрушку вымыть и обсушить. Морковь натереть на крупной терке, остальное крупно нарезать, пересыпать немного солью — по вкусу, разложить в чистые сухие банки и закрыть полиэтиленовыми или завинчивающимися крышками. Хранить в прохладном месте.

Квашеные овощи

Капустные разносолы

Традиционные рецепты

Капуста белокочанная квашеная (основной рецепт)

10 кг капусты, 200–250 г поваренной соли.

Кочаны очистить от зеленых и поврежденных листьев, высверлить или вырезать кочерыжку. Нашинковать капусту длинным острым кухонным ножом или на специальной шинковке. Стружка правильно нашинкованной капусты должна быть однородной по размеру, шириной от 3 до 5 мм.

При квашении в бочке работу вести в следующем порядке. На дно положить слой целых капустных листьев, которые предохраняют первые порции капусты от раздробления, затем положить слой шинкованной капусты, посыпать его солью и утрамбовать деревянным пестом или трамбовкой. Сверху капусту накрыть слоем чисто вымытых листьев и двойным слоем ошпаренного холста или марли, положить деревянный кружок и гнет.

Для гнета можно использовать банку с водой или булыжник. Известняк, сланец, песчаник или изделие из цемента для этой цели не подходят. Деревянный кружок должен быть постоянно покрыт соком.

Если квасить капусту в небольших емкостях, ее надо тщательно перетереть с солью, затем плотно уложить в посуду и утрамбовать, чтобы капуста пустила сок.

Посуду, заполненную капустой, поставить в помещение при температуре 18–22 °С. В этих условиях она быстро сбраживается. В период ферментации постоянно наблюдать за состоянием капусты и снимать излишнюю пену. Если капуста квасится в бочках, ее надо периодически прокалывать до дна хорошо вымытой и ошпаренной деревянной палкой.

Когда процесс брожения заканчивается, рассол светлеет, капуста оседает и приобретает приятный освежающий кисловато-соленый вкус, хрустит на зубах.

После окончания процесса брожения перенести капусту в холодное место.

Наилучшие условия для хранения квашеной капусты — при

температуре 0–2 °С, тогда капуста не становится чрезмерно кислой.

Во время хранения нужно следить, чтобы капуста была все время покрыта рассолом и не появлялась плесень.

При более высокой температуре капуста теряет свои качества.

Капуста белокочанная, квашенная с тмином

10 кг капусты, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Семена тмина содержат 3–7 % сильно пахнущего тминного масла, которое обладает приятным вкусом и запахом и улучшает вкус квашеной капусты. Кроме того, тминное масло, покрывая поверхность сока тонкой пленкой, препятствует развитию вредных микроорганизмов, в частности плесеней. Подобными свойствами обладают семена укропа, в которых содержится до 4 % эфирных масел.

Семена тмина добавляют в измельченную капусту вместе с солью.

В остальном готовить по «Капуста белокочанная квашеная».

Капуста белокочанная, квашенная с морковью

10 кг капусты, 300–500 г моркови, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Морковь улучшает внешний вид капусты, обогащает ее каротином и сахарами. Тщательно промытую морковь очистить, нарезать лапшой или измельчить на крупной терке. Смешать морковь с нашинкованной капустой, тмином и солью. Квасить обычным способом. Если образуется много сока, отлить его и хранить в холодильнике, а затем долить в готовую капусту.

Квашеная капуста с морковью по-болгарски

6 кг белокочанной капусты, 1,5 кг моркови, зелень сельдерея, 1 стакан соли.

Морковь очистить, вымыть, натереть на крупной терке. Капусту, удалив верхние листья и кочерыжки, нашинковать.

Всыпать в капусту 1/2 стакана соли, растереть руками, соединить с морковью. Размешать и уложить в большую банку, перекладывая нарезанной зеленью сельдерея и пересыпая солью (всего 1/2 стакана).

Накрыть чистой тканью и сверху положить тщательно вымытый булыжник.

Хранить в сухом прохладном месте.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью и брусникой

10 кг капусты, 100 г брусники, 100 г моркови, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Брусника играет такую же роль, как и клюква.

Готовить обычным способом — *см. «Капуста белокочанная квашеная (основной рецепт)».*

Капуста белокочанная, квашенная с морковью и яблоками

10 кг капусты, 300 г моркови, 150 г яблок, 200 г репчатого лука, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Готовить, как указано в *основном рецепте*. Измельченные морковь и яблоки перемешать с капустой.

Капуста белокочанная, квашенная с яблоками

10 кг капусты, 500 г яблок, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Зрелые здоровые кислые яблоки (лучше Антоновку) очистить от кожицы и сердцевины, нарезать дольками и смешать с нашинкованной капустой. Далее готовить, *по основному рецепту.*

Можно класть и целые яблоки (средней величины). Их кладут после того, как капуста утрамбована и пустила сок.

Капуста белокочанная, квашенная с клюквой

10 кг капусты, 200 г клюквы, 100 г моркови, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Клюква содержит много кислот. Увеличение кислотности продукта, особенно в начальный период брожения, препятствует развитию вредных организмов. Кроме того, клюква содержит прекрасный антисептик — бензойную кислоту. Добавить клюкву при закладке капусты в тару. Готовить обычным способом.

Капуста белокочанная, квашенная кочанами

10 кг капусты, 200–250 г соли.

Снять с кочанов кроющие листья, обрезать кочерыгу и разрезать кочаны пополам. Небольшие кочаны не разрезать. Подготовленные кочаны уложить рядами в бочку, переслаивая шинкованной капустой, смешанной с солью. Далее готовить обычным способом *(см. основной рецепт 252)*.

Квашеная капуста с приправами

10 кг белокочанной очищенной капусты, 400 г моркови, 10 г тмина или 600 г яблок, нарезанных дольками или целых, 50 г душистого перца или лаврового листа, 250–300 г соли.

Перед укладкой шинкованную капусту вручную хорошо перемешать с солью в деревянном корыте или на чисто вымытом столе. Соль при этом должна почти полностью раствориться в капустном соке. После этого на дно бочонка положить слой чистых капустных листьев и на листья насыпать нашинкованную капусту. Каждую порцию капусты трамбовать деревянным пестом, чтобы из нее выступил сок. При этом капусту пересыпать нарезанной тонкими ломтиками морковью. По желанию можно положить в нее и другие приправы — тмин, яблоки, душистый перец, лавровый лист. Тмин и анис рекомендуется завязывать в маленькие узелки из марли.

При засоле ряды рубленой или шинкованной капусты можно перекладывать половинками кочанной капусты, смоченной 50 %-ным раствором соли.

В мелких кочанах очищенной капусты надрезать кочерыжку на 4 части (крестом) и насыпать в разрез соль.

Сверху кадку или бочонок накрыть листьями зеленой капусты, тканью, а затем деревянным кружком, на который положить груз (обычно тяжелый камень).

Под действием груза капуста постепенно оседает и через несколько часов покрывается рассолом. Если рассол не покрывает капусту, груз увеличивают, поскольку капуста, не покрытая рассолом, начинает быстро портиться.

Продолжительность брожения капусты зависит от температуры помещения, где находится бочонок. Наиболее благоприятной температурой для брожения считается 18–20 °С. При этой температуре брожение длится 7 дней. При более низкой температуре время брожения увеличивается. При брожении через несколько дней начинают показываться пузыри (пена), тогда капусту проткнуть чистым березовым колом до дна, чтобы вышли газы; через 2 дня еще раз проткнуть.

Когда капуста перестанет пениться, снять кружок, промыть его, а также ткань и груз, положить свежие листья. После основного брожения капуста приобретает белый или янтарно-желтый цвет, приятный запах, легко похрустывает на зубах, рассол из мутноватого становится светлым.

Бочонок с капустой после основного брожения перенести в холодное помещение (погреб, ледник), уменьшить груз и хранить при температуре не выше 8 °С.

При хранении квашеной капусты следить за тем, чтобы рассол все время покрывал ее. Появляющуюся на поверхности рассола плесень аккуратно удалять, деревянный кружок и груз периодически мыть и ошпаривать кипятком, а марлю промывать в кипящей воде.

Для более быстрого заквашивания капусты на дно бочонка или кадки положить кусок ржаного хлеба, закрыв его капустными листьями.

Квашеная капуста по-русски

На ведро квашеной капусты: 10 кг подготовленной (очищенной) белокочанной капусты, 300 г моркови, 200–250 г соли, горбушка ржаного хлеба, горсть брусники или клюквы, 6–8 яблок (Антоновки), душистый перец и лавровый лист по вкусу.

Капусту нашинковать, морковь вымыть и порубить (или протереть на крупной терке). Капусту перетереть с солью голыми руками и высыпать в чистую посуду, перемешивая с приправами. На дно эмалированного ведра положить хлебную горбушку, сверху прикрыть ее чистыми капустными листьями и, утрамбовывая (чтобы сок «хлюпал»), заполнить ведро, накрыть крупными листьями капусты и чистой белой тряпочкой. Сверху положить деревянный круг и груз — крепкий камень. Затем 2 недели держать капусту в теплом помещении, при этом каждый день до дна протыкать ее чистым колышком, чтобы вышел плохой воздух. Сок станет янтарным, прозрачным. Тогда ведро с капустой опустить в погреб.

Можно разложить готовую капусту в стеклянные банки и хранить в городской квартире.

Знатоки утверждают, что весной в соке квашеной капусты содержится больше витаминов, чем в свежих яблоках.

В старых русских деревнях капусту начинали рубить для засолки после Покрова (14 октября). И использовали для этого специальные дубовые кадки. За пару недель до рубки капусты кадки замачивали колодезной водой, чтобы клепка набухла. Воду

меняли, чтобы не было постороннего запаха. Непосредственно перед посолом кадку мыли горячей водой и ошпаривали. Для этого наливали в нее немного кипятка, бросали пучок можжевеловых веток, опускали раскаленный камень и немедленно накрывали холстиной. Можжевеловый пар прочищает все поры в кадушке.

Серая капуста (крошево)

В полях, на грядках после уборки урожая остаются вороха зеленых листьев. В старые времена из них готовили квашеную капусту — так называемое крошево. Из крошева особенно удавались вкусные щи со свининой. Жир совсем не чувствовался, щи получались в меру кислыми и очень сытными.

В деревянной миске сечкой мелко нарубить зеленые листья капусты, тщательно промытые водой. Уложить в эмалированное ведро, утрамбовать толкушкой.

Без соли и без приправ оставить в тепле на 2 недели — на брожение. Каждый день протыкать крошево до дна палкой для выхода газов. Когда заквасится, вынести на балкон.

В некоторых районах зеленую капусту солят с так называемой черной солью, а в других — слои капусты пересыпают ржаной мукой: 100 г на ведро капусты.

Некоторые хозяйки солят крошево с морковью, лавровым листом, укропом и клюквой, как белую капусту, при полной норме соли — 250 г на 10 кг капусты.

Квашеная капуста с кочанчиками

При засолке белокочанной капусты в ведрах, кастрюлях, кадках можно укладывать среди шинкованной капусты ряды мелких плотных кочанчиков, из которых вырезана кочерыжка.

Рецепты с «изюминкой»

Квашеная капуста с яблоками и можжевельником

10 кг белокочанной капусты, 4 кислых яблока, 10 лавровых листов, 3 столовые ложки ягод можжевельника, 1 столовая ложка тмина или семян горчицы, 100 г соли.

Удалить верхние листья капусты, несколько самых лучших

отложить. Кочаны разрезать каждый на 4 части, тонко нашинковать, удалив кочерыжки. Яблоки очистить от кожуры, разрезать на 4 части, удалить сердцевину, нарезать тонкими дольками и отложить отдельно. Часть нашинкованной капусты сложить в чистую посуду для квашения и деревянной толкушкой утрамбовывать до появления сока. Затем положить сверху немного нарезанных яблок, немного соли и часть специй.

Так, слой за слоем, выложить всю капусту. Сок должен покрывать ее полностью. Оставленные большие капустные листья вымыть и выложить на нашинкованную капусту, накрыть крышкой или тарелкой и положить гнет.

Капусту 2–3 дня держать при температуре 20 °С в темноте (закрыв толстой тканью) до появления пены. После этого пену снять и около 4 недель держать капусту при температуре 15 °С.

Через неделю снова снять пену, а в дальнейшем повторять это через день.

Если пена не появляется, значит, капуста готова.

Квашеную капусту хранить в той же посуде или переложить в банки с закручивающимися крышками. Можно употреблять в течение 6 месяцев.

Если надо заквасить небольшое количество, следует мелко нарезать 1 кг белокочанной капусты, смешать ее с 10 г соли и толочь в посуде до появления сока.

Капусту с яблоками, лавровым листом и специями выложить в стерильные банки, хорошо прижать, залить рассолом (около 1/2 столовой ложки соли на 500 мл воды) и держать до полной закваски.

Капуста квашеная острая (кочаны)

Этим способом рекомендуется квасить белокочанную капусту среднеранних и поздних сортов. Кочаны должны быть свежими, крепкими, зрелыми, плотными, без трещин.

Кочаны очистить от загрязненных и поврежденных листьев, со стороны кочерыжек промыть проточной водой и разрезать на 4 части.

Поставить на стол небольшие емкости (блюдца) с солью, молотым красным жгучим перцем и мелко нарезанным чесноком — по отдельности. Взять каждую четвертинку кочана, раздвинуть листья, посыпать их солью, перцем, чесноком и усиленно мять до появления сока. Капусту можно также нафаршировать натертой или мелко нашинкованной соломкой морковью.

Подготовленные кочаны плотно уложить в эмалированное

ведро или кастрюлю и прижать гнетом. Если капуста была не очень сочной, и выступивший сок не покрыл кочаны, капусту заливают слабым холодным рассолом (в 10 л воды растворить 200–300 г поваренной соли, довести жидкость до кипения, процедить и охладить).

Капуста квашеная, фаршированная яблоками

Очистить кочаны капусты от зеленых и негодных листьев. В большой кастрюле вскипятить воду, в которую поочередно на 2–3 минуты опускать кочаны. Вынув их из воды, положить на стол (на тарелки) кочерыжками вниз. Яблоки (лучше Антоновка) очистить от кожицы, удалить семена и нарезать тонкими ломтиками — делать это непосредственно перед фаршированием, чтобы ломтики не потемнели.

Остывшие кочаны разобрать на листья, но не отрывать их. Между листьями уложить ломтики яблок, кочан обжать и обвязать суровой ниткой.

Подготовленные таким образом кочаны укладывать слоями в кадушку, на дно которой сначала положить рубленую капусту. Каждый слой кочанов просолить и переложить слоем рубленой капусты и яблок.

Верхний слой кочанов засыпать рубленой капустой и накрыть большими капустными листьями.

Далее квасить обычным способом.

Капуста краснокочанная квашеная

10 кг капусты, 2 кг яблок, 500 г репчатого лука, 25 г семян тмина или укропа, 200 г соли.

Твердые кислые яблоки разрезать, удалить кожицу и сердцевину, нарезать соломкой. Лук очистить и нарезать полосками.

Капусту нашинковать, руками перетереть с солью и смешать с яблоками, луком, тмином или укропом.

Положить в посуду, уплотняя.

Далее поступать, как с белокочанной капустой *(см. «Капуста белокочанная квашеная (основной рецепт)»)*.

Капуста цветная квашеная

Заливка: на 1 л воды — 50 г соли, 3 г лимонной кислоты.

Головки цветной капусты тщательно вымыть, очистить от листьев, разрезать на соцветия 3–5 см в диаметре.

Подготовленную капусту бланшировать 3–4 минуты в кипящей подкисленной или подсоленной воде (1 г лимонной кислоты или 10 г поваренной соли на 1 л воды) и остудить в холодной. (Бланшированная капуста в дальнейшем не буреет.)

Плотно уложить капусту в подготовленную тару и залить холодным рассолом. Сверху накрыть холстом или марлей, положить деревянный кружок и гнет. Держать при комнатной температуре.

Когда начнется брожение (заливка помутнеет, на поверхности образуется пена), перенести капусту в холодное место.

Любителям щегольнуть

Квашеная капуста с морковью и сладким перцем

10 кг белокочанной капусты, 3 кг моркови, 2 кг сладкого перца, корень сельдерея с листьями, пучок зелени петрушки, специи, 250 г соли.

Капусту нашинковать. Морковь, сладкий зеленый и красный перец, корень сельдерея нарезать тонкими полосками. Листья сельдерея и зелень петрушки мелко нарезать.

Овощи смешать, добавить соль, хорошо размешать и выдержать 1–2 часа, чтобы они хорошо пропитались солью и ароматом петрушки и сельдерея.

Затем смесь плотно уложить в банки, помещая между рядами горошины черного перца и лавровый лист, и накрыть целыми капустными листьями.

Смесь должна быть полностью покрыта выделившимся соком.

По окончании брожения посуду хорошо накрыть и перевязать плотной тканью. Перебродившую смесь хранить в холодильнике.

Капуста белокочанная, квашенная с морковью и луком

10 кг капусты, 300 г моркови, 200 г репчатого лука, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Лук очистить, нарезать кубиками и смешать с капустой и измельченной на крупной терке морковью.

Готовить квашеную капусту обычным способом *(см. рецепт 252 «Капуста белокочанная квашеная»).*

Капуста белокочанная пареная и квашеная

10 кг капусты, 300 г моркови, 25 г семян тмина или укропа, 200–250 г соли.

Нашинкованную капусту выложить в эмалированный таз и равномерно полить кипятком так, чтобы вся капуста была покрыта водой.

Через 3–5 минут воду слить, а капусту смешать с измельченной морковью, укропом или тмином, солью.

Выложить капусту в подготовленную тару, уплотняя руками.

Далее готовить обычным способом *(см. рецепт 252 «Капуста белокочанная квашеная»)*.

Пареная капуста квасится быстрее. Кроме того, в ней нет горечи, присущей обычной квашеной капусте.

Она рекомендуется для употребления в свежем виде. Однако такая капуста не может долго храниться.

Квашеная капуста с маринованными грибами

10 кг белокочанной капусты, 300 г моркови, 900 г маринованных грибов, 160 г соли.

Заквасить капусту обычным способом. После окончания брожения добавить в капусту грибы.

Смешанную с грибами капусту разложить в стеклянные банки и закатать крышки.

Капуста кольраби, квашенная с овощами

По 250 г кольраби, моркови, зеленого сладкого перца, лука, корня сельдерея, 1 чайная ложка тмина, немного укропа, по 40 г сахара и соли.

Промытые свежие овощи очистить и нашинковать. Добавить соль, сахар, тмин, все перемешать. В банку положить вымытый укроп и овощи, смешанные с солью, сахаром и тмином.

Сверху положить груз и поставить для квашения в теплое помещение. После окончания квашения овощи переставить в холодное место.

Капуста савойская квашеная

10 кг капусты, 1 кг клюквы, 200 г зелени укропа, 200 г соли.

Капусту нашинковать, руками перетереть с солью. Клюкву перебрать, тщательно вымыть. Зелень укропа мелко нарезать. Все компоненты перемешать и плотно уложить в тару.

Далее поступать по *«Капуста белокочанная квашеная».*

Любителям рассола

Квашеная капуста в заливке с подсолнечным маслом

5 кг подготовленной белокочанной капусты, 3–4 шт. моркови.

Заливка: 4 стакана воды, 2 стакана подсолнечного масла, 1 стакан сахара, 1 стакан столового уксуса, 2 столовые ложки соли с горкой.

Капусту нашинковать, морковь натереть на крупной терке. Овощи сложить в кастрюлю. В другой кастрюле смешать воду, подсолнечное масло, соль, сахар, уксус и все вскипятить.

Залить горячей заливкой капусту, хорошо перемешать и сложить в подготовленные банки. Закрыть полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодном месте.

Квашеная капуста с красной свеклой и приправами

8 кг белокочанной капусты, 100 г чеснока, 100 г хрена, 50–100 г зелени петрушки, 300 г свеклы, 3–4 стручка острого перца.

Заливка: 4 л воды, по 200 г сахара и соли.

Овощи вымыть и очистить. У капусты удалить кочерыжки и разрезать ее на крупные куски — примерно по 200–300 г.

Чеснок, перец (без семян) и петрушку мелко нарезать, хрен натереть на терке, свеклу нарезать крупными кубиками.

Все овощи плотно положить в эмалированное ведро и залить теплым рассолом. Накрыть ведро и положить груз.

Оставить ведро на двое суток при температуре 18 °С, затем перенести в более прохладное место.

Спустя неделю капуста будет готова (она имеет красивый малиновый цвет). Хранить в прохладном месте.

Капуста белокочанная, квашенная кочанами в рассоле

Заливка: на 1 л воды — 40 г соли.

Кочаны одинакового размера очистить от кроющих листьев, обрезать кочерыги. Уложить кочаны рядами в бочку. Сверху

накрыть листьями, холстом, положить деревянный кружок и гнет.

Залить рассолом и далее делать по *«Капуста белокочанная квашеная».*

Капуста по-петровски

2 кг белокочанной капусты, 2 моркови, 2 луковицы, 2 зубчика чеснока, 1 стакан подсолнечного масла, 10 мл столового уксуса.

Заливка: на 1 л воды — 150 г сахара, 2,5 столовые ложки соли.

Капусту мелко нашинковать, морковь натереть, репчатый лук крупно нарезать, чеснок измельчить. Все перемешать, уложить в банку, влить подсолнечное масло, уксус и горячий рассол. Сверху положить гнет и затем поставить на холод. Капуста готова через 3 дня.

Капуста, квашенная по-грузински

Способ 1

10 кг капусты, 3–4 кг столовой свеклы, 3–6 стручков острого перца.

Заливка: на 10 л воды — 500–700 г соли.

Вымытую столовую свеклу очистить и нарезать тонкими ломтиками. Перец измельчить. Кочан капусты разрезать на 8 частей и уложить в подготовленную посуду, перекладывая свеклой и перцем. Залить горячим рассолом.

Далее поступать, как при обычном квашении капусты *(см. «Капуста белокочанная квашеная»).* Если нужно, чтобы капуста была быстро готова, добавить в рассол 6–8 столовых ложек уксуса.

Способ 2

10 кг капусты, 3–4 кг столовой свеклы, 200–600 г стручков острого перца, 0,6–1 кг зелени сельдерея, 10–15 лавровых листов, 60–120 г зелени петрушки.

Заливка: на 10 л воды — 500–700 г соли.

Кочаны капусты разрезать на 8 частей, уложить в подготовленную посуду, перекладывая ломтиками свеклы, крупно нарезанной зеленью и перцем. Залить горячим рассолом. Далее поступать, как при обычном квашении капусты *(см. «Капуста белокочанная квашеная»).*

Капуста, квашенная по-армянски

60 кг капусты, 1,1 кг чеснока, 3,5 кг моркови, 1,5–2 кг кореньев сельдерея, петрушки и кинзы с ботвой, 25 стручков свежего горького перца (зеленого или красного цвета), листья вишни, 1 кг столовой свеклы сорта Египетская.

Заливка: на 25 л воды — 5 г душистого перца горошком, 10–15 лавровых листов, 1,5 г корицы, 1,4–1,6 кг соли.

Кочаны очистить от загрязненных листьев, промыть проточной водой и разрезать на 2–4 части. Головки чеснока разделить на дольки и на 1,5–2 часа замочить в теплой воде, затем очистить. Морковь очистить и нарезать кружочками толщиной 3–4 мм. Перец очистить от семян и плодоножек. Корни сельдерея, петрушки и кинзы вместе с ботвой разрезать вдоль на 2–4 части. Листья вишни тщательно промыть проточной водой. Свеклу очистить и нарезать тонкими пластинами.

На дно хорошо выпаренной и высушенной бочки положить промытые листья капусты и вишни. Затем плотно уложить слои разрезанной на четвертинки или половинки капусты, затем слой из равного количества чеснока, пастернака, петрушки и кинзы вместе с ботвой, кружочками моркови, пластинками свеклы, потом опять слой капусты и т. д.

Верхний слой овощей накрыть чистыми капустными листьями, а затем марлей или чистой полотняной тряпочкой. Бочку наполнить капустой и другими овощами на 2/3. Все это накрыть тщательно вымытым деревянным кружком, на который положить груз, вес которого должен составлять не менее 10 % общей массы уложенных овощей. Затем осторожно влить остуженную заливку. Она должна закрывать овощи на 4–5 см. Бочку с овощами выдержать 3–4 суток при комнатной температуре, а затем перенести в холодное место.

Для приготовления заливки в кипящую воду положить пряности: душистый перец, лавровый лист, корицу и соль.

Примерно через 1,5–2 месяца капуста будет готова.

Квасить капусту по этому рецепту лучше всего в октябре — ноябре, когда наступает похолодание.

Квашеная кольраби

2 кг кольраби, 30 г сахара, 40 г соли.

Заливка: 1 л воды, 15 г соли.

Кольраби очистить, вымыть, измельчить и смешать с солью и сахаром. Разложить по большим банкам, сверху положить гнет,

можно подлить соленый раствор, чтобы он едва покрывал капусту.

Банки оставить на 4–8 дней в помещении при температуре 20 °С, затем перенести их в прохладное место (при 15 °С) и оставить кольраби на 4–6 недель для заквашивания.

Квасить можно не только капусту

Традиционные рецепты

Свекла молодая квашеная

5 кг черешков листьев молодой свеклы, 3–4 листа белокочанной капусты, 100 г соли.

Черешки молодой свеклы очистить от листовых пластинок, тщательно вымыть и мелко нарезать. На дно посуды с широким горлом положить капустные листья, затем плотно уложить измельченные черешки листьев и пересыпать солью. Сверху положить кружок или тарелку и гнет. Когда свекла пустит сок, посуду сверху обвязать плотной тканью и вынести в холодное место.

Квашеную свеклу используют для приготовления овощных супов и холодников.

Морковь, квашенная по-чешски

1 кг моркови, 60 г репчатого лука, 20 г сахара, кусочек хрена, 25 г соли.

Морковь очистить, нашинковать. Лук очистить и мелко нарезать. Хрен натереть на терке. Все компоненты перемешать, добавив соль и сахар. Смесь плотно уложить в посуду с широким горлом, сверху положить гнет, обвязать посуду чистой тканью.

Первые 4–8 дней держать при комнатной температуре (20 °С), затем ферментация должна продолжаться при температуре 12–15 °С в течение 4–6 недель. Если морковь не пустила сок, ее заливают подсоленной водой (20 г соли на 1 л воды).

Овощи квашеные

1 кг моркови, 1 кг репчатого лука, 1 кг сладкого перца, 1 кг сельдерея (кореньев), 1 кг цветной капусты или столовой свеклы,

100–150 г соли, 150 г сахара, 5–8 г лимонной кислоты, 1–2 г семян укропа или тмина.

Морковь и коренья сельдерея вымыть, обрезать головки и корни, соскоблить кожицу и нарезать фигурными кусочками.

Зеленый мясистый перец вымыть, удалив семена, нарезать мелкими кусочками, опустить на 2–3 минуты в кипящую воду и сразу же остудить в холодной.

Цветную капусту выдержать в подсоленной воде (1 чайная ложка соли на 1 л воды) для удаления мелких насекомых, вымыть, мелко нарезать, опустить на 2–3 минуты в кипящую воду и сразу же остудить в холодной.

Лук очистить и нарезать кольцами.

Подготовленные овощи сложить вместе, добавить соль, сахар, лимонную кислоту, тмин, укроп и тщательно перемешать. Этой смесью заполнить банки, накрыть салфеткой, положить кружок, гнет и поместить в теплое место.

Через 10–15 дней, когда брожение закончится, перенести в холодное место.

Любителям рассола

Свекла квашеная

Рассол: на 10 л воды — 300 г соли.

Мелкие и средние корнеплоды тщательно вымыть, обрезать корни и остатки листьев и уложить рядами в бочку или другую посуду с широким горлом. Залить рассолом, положить кружок и гнет и закрыть сверху марлей. При комнатной температуре процесс брожения продолжается 12–15 дней. Все время снимать пену. Когда брожение закончится, бочку перенести в холодное место.

Квашеную свеклу используют для приготовления винегретов и первых блюд. Рассол употребляют как квас.

Кисло-сладкая квашеная свекла

1 кг свеклы, 2 луковицы, 1 столовая ложка тмина, 1 столовая ложка зерен кориандра.

Заливка: 750 мл воды, 15 г соли.

Темно-красную свеклу очистить, разрезать на 4 части и нарезать тонкими дольками. Соль развести в воде. Рассол вскипятить и охладить. Лук очистить и нарезать тонкими

кружками. Свеклу, лук и специи сложить в стерильные банки и залить рассолом — на 2 см ниже края банки. Закатать крышки и около недели держать банки при комнатной температуре, потом еще 5 недель — в прохладном месте (но не в холодильнике).

Салат из свеклы по-болгарски

Заливка: на 1 л воды — 90 г соли, 100 мл столового уксуса.

Хорошо вызревшую свеклу средней величины очистить от остатков листьев и корней, вымыть и варить 3–4 часа. Вареную свеклу очистить, нарезать полосками толщиной 10–15 мм и плотно уложить в банки. Залить холодной заливкой, положить кружок и гнет. Через 10–12 дней, когда закончится ферментация, свекла готова к употреблению. Хранить при температуре 5–10 °С.

Сок свекольный сквашенный

Свежеприготовленный свекольный сок разлить в чистые сухие бутылки и закупорить неплотной ватной пробкой. В течение месяца сок перебродит и превратится в густую массу. Эту массу используют для приготовления сладких паштетов, пряников, конфет.

Баклажаны квашеные

10 кг баклажанов, 5–7 шт. моркови, 4–7 растений петрушки, 5–7 стеблей сельдерея, 10 шт. сладкого перца, 2 пучка укропа, 2–3 головки чеснока.

Заливка: 5 л воды, 1,25 стакана соли.

Отобрать баклажаны (лучше всего поздних сортов) одинаковой величины, зрелые, без повреждений, промыть их в холодной воде, срезать плодоножки и погрузить на 5 минут в кипящую воду, после чего охладить и разрезать вдоль, но не полностью, а так, чтобы у завязи и плодоножки баклажаны оставались целыми. Затем хорошо вымытую и пропаренную бочку выложить листьями капусты, на капусту посыпать нарезанные соломкой овощи и измельченные пряности, уложить два ряда баклажанов, вновь посыпать овощами. Так чередовать до верха бочки. Сверху положить пряности, укрыть холстом и крышкой и придавить грузом. Залить соленым рассолом и оставить на сутки для брожения. Потом долить рассол и поставить в погреб на 1

месяц.

Баклажаны фаршированные квашеные

10 кг баклажанов, 1 кочан капусты, 5 шт. моркови, 10 корешков петрушки, 10–15 стеблей сельдерея, 10 шт. болгарского перца, 3 головки чеснока, 2 пучка укропа, 1 стакан крупной соли.

Для засолки лучше брать поздние сорта баклажанов. Плоды вымыть теплой водой, освободить от плодоножек, бланшировать в течение 5 минут и охладить. Затем разрезать вдоль, но не полностью, чтобы у завязи они оставались целыми. Овощи и коренья очистить, промыть, тонко нарезать, добавить тертый (толченый) чеснок, посолить и хорошо перемешать. Нафаршировать баклажаны, перевязать их веточками сельдерея (или нитками) и ровными рядами уложить в тщательно промытую и ошпаренную бочку, дно которой выстлано свежими листьями кочанной капусты. Накрыть баклажаны капустными листьями, холщовой тряпочкой, деревянной крышкой, осторожно с одного края влить рассол (3 стакана соли на 10 л воды) и оставить на сутки для брожения. После этого добавить рассол (его нужно готовить с запасом) и спустить бочку в подвал для окончательного брожения. Через месяц баклажаны готовы к употреблению.

Квашеный перец

Свежий зрелый, хорошо окрашенный перец.

Заливка: на 1 л воды — 80 г соли.

Из плодов перца вырезать сердцевину с плодоножкой, удалить семена. Перцами наполнить банки и залить холодным или теплым соленым раствором так, чтобы весь перец был полностью покрыт.

Банки завязать сложенной вдвое пергаментной бумагой и установить примерно на неделю в помещение при температуре около 20 °С, затем перенести их в помещение с температурой около 15 °С.

Перец заквашивается примерно за 3 недели.

После заквашивания пергаментную бумагу хорошо затянуть смоченной в воде бечевкой, а банки поместить в прохладное место.

Перед употреблением ополоснуть перец холодной кипяченой водой.

Ассорти овощное

Свекла, морковь, белокочанная капуста, краснокочанная капуста, цветная капуста, тыква, кабачки, репа, редька, репчатый лук, чеснок, хрен, листья малины и смородины, побеги крапивы и лебеды.

Заливка: на 1 л кипяченой воды — 2 чайные ложки соли.

Капусту и корнеплоды очистить, тыкву и кабачки тщательно промыть и использовать с семенами и кожицей. Лук очистить, чеснок разделить на зубчики и также очистить. Листья малины и смородины, крапиву и лебеду тщательно промыть. Подготовленные овощи нарезать тонкими пластинками, лук разрезать на 4–6 частей.

В подготовленную посуду (ошпаренные бочки, эмалированные ведра, кастрюли или стеклянные банки) уложить продукты слоями. Например, на слой листьев малины, смородины, крапивы и лебеды уложить нарезанные свеклу, морковь, репу, редьку, переслаивая все это слоем чеснока, лука и хрена. Укладывать слои до тех пор, пока посуда полностью не заполнится. Первый и последний слои должны быть из смеси лука, чеснока, хрена.

Для заливки кипяченую воду охладить до комнатной температуры и добавить соль. Заливкой заполнить подготовленную посуду так, чтобы овощная смесь была полностью покрыта жидкостью, затем положить деревянный кружок, а на него — гнет. Процесс брожения при комнатной температуре происходит за 2–3 дня, после этого заготовку надо поставить в темное прохладное место. Через неделю ассорти будет готово к употреблению.

В процессе квашения периодически следить, чтобы смесь была полностью покрыта жидкостью, и, если необходимо, добавить заливку.

Приготовление этого ассорти лучше начинать осваивать из простых смесей и в небольшом количестве. Например, свеклу, морковь, капусту, лук, чеснок, укроп, петрушку, сельдерей, хрен можно поставить в эмалированном ведре. Если заготовка понравится, в следующий раз ее можно приготовить в большем количестве.

Рассол годится для заправки супов, он придаст им приятный вкус.

Маринованные плоды, ягоды, овощи

Маринование основано на применении широко распространенного консерванта — уксусной кислоты. В 2 %-ном растворе уксусной кислоты погибает большинство патогенных микроорганизмов.

Маринады могут быть слабокислые, умеренно кислые, кислые и острые (пикантные).

Слабокислые маринады обычно содержат 0,2–0,6 % кислоты, умеренно кислые — 0,6–0,9 %, а кислые — 1–2 % и более.

Острые (пикантные) маринады более характерны для кухонь Венгрии, Болгарии, Румынии, для грузинской и молдавской кухни.

Однако следует учитывать, что уксусная кислота в больших количествах отрицательно действует на организм, поэтому в домашних условиях лучше готовить слабокислые маринады или на винном, или на фруктовом уксусе.

Для маринования отбирают плоды и овощи наилучшего качества, свежие, здоровые. Тщательно моют, сортируют, удаляют плодоножки. Иногда предварительно бланшируют. В одной таре должны быть обязательно плоды или овощи одной степени зрелости. Подготовленные плоды укладывают в банки. Приправы и пряности обычно кладут на дно банки, но иногда их используют при изготовлении заливки.

Маринадная заливка состоит, как правило, из растворенных в воде сахара, соли и уксуса. Для каждого вида маринадов количество этих ингредиентов приводится в соответствующих рецептах. Соль и сахар растворяют в воде при нагревании. Раствор кипятят в течение 10–15 минут, после чего добавляют в него уксус.

Иногда уксус добавляют прямо в банки. В этом случае надо иметь в виду, что в банке, наполненной плодами или овощами, содержится примерно 35–40 % заливки. Это значит, что в литровую банку нужно ввести уксуса в 2,5–3 раза меньше, чем указано в соответствующих рецептах из расчета на 1 л заливки.

После укладки в банки плоды или овощи заливают маринадом. Слабокислые консервы заполняют маринадом, не доливая 2 см до края горлышка, а кислые и острые — вровень с краями. Слабокислые маринады пастеризуют и укупоривают. Пастеризованные маринады сразу же охлаждают водой, чтобы плоды и овощи не слишком размягчились. При укупорке используют только лакированные крышки, так как уксусная кислота очень активна по отношению к железу.

Острые маринады из плодов и ягод

Виноград, маринованный по-грузински

Заливка: на 1 л воды — 2 столовые ложки сахара, 2 чайные ложки соли, 0,5 л фруктового или столового 6 %-ного уксуса, 10–12 горошин душистого перца, 4–6 лавровых листов, кусочек корицы, 2–3 бутона гвоздики.

Грозди винограда крупноягодного сорта с плотной кожицей разделить на части, оставляя по 5–6 ягод на каждой из них. Тщательно вымыть, сполоснуть кипящей водой и уложить в чистую тару (дубовые бочонки, стеклянные бутыли, банки). Пряности положить на дно тары перед ее заполнением. Чтобы ягоды не всплыли при заливке, положить на них небольшой гнет. В горлышко бутылки (банки) вставить 2 прутика, сложенных крест-накрест. Налить в посуду с виноградом необходимое количество уксуса, залить кипящую воду с растворенными в ней сахаром и солью. Для предохранения маринада от окисления налить сверху растительное масло слоем 0,5–1 см.

Заполненную тару обвязать вверху пергаментной бумагой и хранить при температуре не более 10 °С. Маринование длится около месяца. В сухом месте при той же температуре маринад может храниться несколько месяцев.

Груши, маринованные по-польски

Заливка: 0,5 л воды, 0,5 л 6 %-ного уксуса, 2 кг сахара, 8–10 бутонов гвоздики.

Груши очистить от кожицы, плодоножки укоротить на 2/3. Приготовить сироп, довести до кипения, порциями положить в него груши и варить на слабом огне около 1 часа. Затем груши вынуть, дать стечь заливке, переложить в подготовленные банки и укупорить полиэтиленовыми крышками.

Груши в имбирном маринаде

1,5 кг крепких груш, 1 лимон, 10 бутонов пряной гвоздики.

Заливка: 500 мл воды, 30 г свежего корня имбиря, 500 мл белого винного уксуса, 400 г сахара, 2 небольшие палочки корицы, тертый мускатный орех на кончике ножа.

Лимон ошпарить кипятком, обсушить, снять с него тонкий

слой цедры и нарезать ее тонкими полосками. Очистить корень имбиря и нарезать его полосками.

Вскипятить воду с уксусом и сахаром, добавить в нее лимонную цедру, имбирь, корицу и мускатный орех. Кастрюлю снять с плиты.

Груши очистить, разрезать пополам, вынуть сердцевину и нашпиговать половинки груш пряной гвоздикой. Варить груши в отваре под крышкой в течение 10 минут.

Банки вымыть горячей водой и высушить. Вынуть груши из отвара и положить в подготовленные стеклянные банки. Отвар проварить под крышкой на слабом огне около 20 минут и залить им еще горячие груши.

Закрыть банки пергаментной бумагой или упаковочным целлофаном. Хранить в темном прохладном месте.

Крыжовник маринованный острый

Маринад: на 1 л воды — 400 г сахара, 5 столовых ложек 9 %-ного уксуса.

На литровую банку: 5–8 бутонов гвоздики, кусочек корицы, лавровый лист, щепотка соли, листья эстрагона и черной смородины.

Зрелые, одного размера ягоды крыжовника наколоть и уложить в бутылки с широким горлом, предварительно положив на дно пряности.

В горлышко каждой бутылки положить по одному листу эстрагона и черной смородины. Бутылки залить холодным маринадом и укупорить. Хранить маринад при температуре, близкой к 0 ˚С.

Домашние «оливки»

Ягоды кизила или плоды терна, пряности.

Заливка: 5 стаканов 3 %-ного уксуса, 1 столовая ложка соли, 1 чайная ложка сахара.

Покрасневшие ягоды кизила или спелые плоды терна садового вымыть, немного проварить в воде, вынуть и поварить 30 минут в маринаде. Затем ягоды вынуть, остудить, сложить в банки, перекладывая эстрагоном, лавровым листом, гвоздикой, и залить холодным маринадом. Банки укупорить и поставить в холодное место.

Слива маринованная острая

1 кг сливы, 1 стакан воды, 1 стакан столового уксуса, 500 г сахара, 3–4 бутона гвоздики.

Твердые зрелые плоды сливы разрезать на половинки и удалить косточки. Положить сливу в стеклянные банки и залить холодной кипяченой водой с уксусом. Через сутки откинуть сливу на дуршлаг. Маринад довести до кипения, охладить и вновь залить им сливу в банках.

Через сутки маринад вновь слить, довести до кипения, добавить пряности и залить им сливы. Через сутки снова отбросить сливу на дуршлаг и дать стечь маринаду. Сливу плотно уложить в банки, пересыпая сахаром. Заполненные банки закрыть полиэтиленовыми крышками.

Использовать в небольших количествах для приготовления салатов, винегретов, гарниров к мясным блюдам.

Слива, маринованная по-чешски

2,5 кг сливы, 500 г сахара, 0,5 л столового уксуса, 0,5 л воды.

Сливу вымыть, положить в керамическую или эмалированную посуду, залить кипящим уксусом и придавить кружком с гнетом. Через сутки уксус слить.

В кипящей воде растворить сахар, добавить уксус из-под сливы, довести до кипения и порциями опустить сливу.

Когда слива начнет трескаться у плодоножки, быстро вынуть ее и разложить на блюде.

Остывшую сливу уложить в банки, залить теплым маринадом и укупорить полиэтиленовыми крышками.

Слива, запеченная с уксусом

1 кг сливы, 500 г сахара, 2 стакана воды, 1 столовая ложка 9 %-ного уксуса, 3–4 бутона гвоздики, кусочек корицы.

Сливу вымыть, положить в варочный тазик, засыпать сахаром и оставить на 8–10 часов.

Затем залить сливу водой, добавить уксус и специи и поставить в духовку. Запекать на слабом огне, периодически встряхивая посуду, чтобы не подгорел верхний слой слив.

Когда сок загустеет, а слива сморщится, вынуть ее, охладить и положить в банки. Сок процедить и залить им банки.

Банки закрыть полиэтиленовыми крышками.

Черника, консервированная по-словацки

1 кг черники, 2–3 яблока, 10–15 бутонов гвоздики, кусочек корицы.

Заливка: на 1 л воды — 2 столовые ложки сахара и 1 чайная ложка соли.

Яблоки нарезать мелкими дольками. Перебранные и вымытые ягоды плотно уложить в банки, перекладывая яблоками, гвоздикой и корицей.

Залить сахарно-солевым раствором, сверху положить кружок и гнет.

Закрыть банки полиэтиленовыми крышками.

Хранить в холодном месте.

Используют консервированную чернику в качестве гарнира к мясным и рыбным блюдам.

Маринованные закуски из овощей

Традиционные рецепты

Капуста белокочанная маринованная

Заливка: на 1 кг капусты — 3 стакана воды, 1 стакан столового уксуса, 1 стакан сахара, немного черного перца горошком, 3 лавровых листа (соль не добавлять).

Капусту мелко нашинковать, слегка перетереть с солью (1 столовая ложка на 1 кг капусты), отжать, переложить в банку и залить охлажденным маринадом.

Банку накрыть пергаментной бумагой и поставить в холодное место.

Через 5–6 дней капуста будет готова.

Приготовление маринадной заливки. Соединить все указанные компоненты, прокипятить и охладить.

Закуска трехцветная

Заливка: 1 часть воды, 1 часть винного уксуса; на 1 л заливки — 80 г соли.

Эту закуску готовить из равных количеств (по весу) мясистых плодов зеленого и красного сладкого перца и цветной капусты. Цветную капусту разобрать на небольшие соцветия, перцы

очистить от семян и нарезать небольшими пластинками — зеленые отдельно от красных. Затем заполнить банки, укладывая на дно красный перец, поверх него — зеленый, затем цветную капусту.

В том же порядке уложить следующие слои до наполнения банки.

Для аромата добавить зелень петрушки, помещая ее среди зеленых перцев. Овощи придавить гнетом и залить охлажденной заливкой. Банки накрыть и хранить в холодном помещении.

Перец нарезанный в маринаде

5 кг сладкого перца (крупного, округлой формы), 2 кг цветной капусты, 1 кг моркови, 500 г сахара, 1 стакан соли, 1,25 л 3 %-ного уксуса, зелень петрушки.

Перцы вымыть, очистить от семян и нарезать каждый на 4 части (более крупные стручки — на 8 частей). Очистить и нарезать кружочками морковь. Промыть и разобрать на кочешки цветную капусту. Подготовленные овощи положить в эмалированную посуду, пересыпать сахаром и солью и выдержать ночь. На следующий день овощи, слегка отжав, уложить в банку, пересыпая ряды крупно нарезанной зеленью петрушки. Выделившийся из овощей сок смешать с уксусом и приготовить заливку: довести до кипения, затем варить еще 4–5 минут, охладить и залить овощи.

Хранить в прохладном месте. Приготовленная таким способом заготовка очень вкусная и стойкая.

Туршия (соленье с уксусом) по-габровски

Стручки длинного перца, зеленые помидоры, цветная капуста, морковь, коренья сельдерея, небольшие огурчики, стручковая фасоль (молодая), краснокочанная капуста, корень хрена.

Заливка: 2 части воды и 1 часть 6 %-ного уксуса, 2 столовые ложки соли (70 г) на каждый литр заливки, лавровый лист и черный перец горошком по вкусу.

Перец промыть и отрезать плодоножки на 1 см от основания, не прорезая самих стручков. Морковь очистить и промыть. Сельдерей нарезать ломтиками. Фасоль промыть (если она не очень молодая, ошпарить кипятком). Цветную капусту разобрать на кочешки, а кочаны красной капусты нарезать на 8 частей каждый. Приготовленные овощи уложить рядами в большую

стеклянную банку, положив на каждый ряд по 1–2 кусочка хрена. Сварить заливку, охладить и залить овощи. Через 3–4 дня перелить рассол, проделывая это в течение нескольких дней подряд, а затем положить гнет и поставить банку в холодное место.

Приправа из хрена

500 г хрена, 50 г сахарного песка, 210 мл столового уксуса, 20 г соли, 400 мл воды.

Промытые корни хрена пропустить через мясорубку или натереть на терке. Добавить сахар, соль, уксус в воду, тщательно перемешать, соединить с измельченным хреном, снова тщательно перемешать. Разложить в чистые сухие банки с плотно закрывающимися крышками. Хранить в холодном месте.

Чеснок, маринованный зубчиками

Маринад: 650 мл воды (3,25 стакана), 20 г сахара, 150 мл столового уксуса, 30 г (1 столовая ложка) соли.

Опустить головки чеснока на 2 часа в теплую воду, срезать верхнюю часть головки, удалить покровную кожицу с зубчиков, вымыть их, отсушить на полотенце, уложить в сухие чистые банки и залить маринадом, добавляя на каждую литровую банку по 5 горошин горького и душистого перца, по 4 бутона гвоздики и небольшому кусочку корицы.

Чеснок, маринованный головками

Срезать стебель до того места, где начинаются зубчики. Очистить головки от наружной чешуи, пока не откроются зубчики (но головка не должна развалиться), промыть в воде. Головки целиком уложить в стеклянные банки с широким горлом.

Залить соленой водой: на 1 л сырой воды — 6 столовых ложек соли (не йодированной!) — так, чтобы раствор покрыл чеснок. Накрыть полиэтиленовой крышкой и поставить в темное место в комнате. В таком растворе чеснок держать месяц. В темном месте витамин С в чесноке не разлагается.

Через месяц солевой раствор вылить и приготовить *маринад:* 2,5 стакана сырой воды, 1,5 стакана столового уксуса, 1 столовая ложка сахара, 1 столовая ложка соли. Через 3 недели чеснок

готов к употреблению. В этом маринаде чеснок и хранить. Банки поставить в холодильник.

Стрелки чеснока маринованные

Заливка: на 1 л воды — 100 мл 9 %-ного уксуса, 50 г сахара, пряная зелень по вкусу, 50 г соли.

В период созревания чеснок выпускает сочные семенные стрелки. Их можно оборвать и замариновать в небольших стеклянных банках.

Зеленые стрелки чеснока обломать, когда их высота достигнет 5–6 см над листьями (от основания стебля), отсортировать, вымыть, нарезать кусочками, сложить в кастрюлю, залить кипятком, бланшировать не более 2 минут и охладить в дуршлаге под струей воды. Плотно уложить в стерилизованные банки и залить кипящей заливкой. Смесь кипятить 2 минуты. Банки плотно закрыть полиэтиленовыми крышками.

На вкус эти стрелки не хуже черемши.

К праздничному столу

Капуста, маринованная по-грузински

1 кг белокочанной капусты, 200 г столовой свеклы, 200 г сельдерея, по 20 г эстрагона, чабера, базилика, мяты и укропа, 7 зубчиков чеснока, щепотка красного острого перца, 3–5 горошин черного перца.

Заливка: на 500 мл воды — 500 мл винного или столового уксуса, 25–30 г соли.

Капусту нарезать сначала на 8 частей, затем на более мелкие части. Нарезанную капусту переложить в кастрюлю, залить кипятком и варить 2–3 минуты. Вынуть капусту и охладить в холодной воде. Свеклу очистить и нарезать тонкими пластинками.

Одновременно с приготовлением капусты в другую кастрюлю положить очищенный и нарезанный сельдерей, зубчики чеснока, 1 чайную ложку соли, залить водой и довести до кипения. Вынуть и охладить. В подготовленную глиняную или стеклянную посуду слоями положить капусту, свеклу, сельдерей, чеснок, посыпать пряностями.

Приготовление заливки. Воду довести до кипения, добавить уксус, кипятить 2–3 минуты, затем охладить и залить в посуду с

овощами. Закрыть полиэтиленовой крышкой или завязать пергаментной бумагой и оставить в теплом помещении на 2 дня, после чего перенести на холод.

Подавать к мясу, но без свеклы.

Капуста со стручковым перцем в винном маринаде

1 кг капусты (белокочанной, цветной, кудрявой или молодой краснокочанной), 4 небольших кусочка корицы, 3 кофейные ложечки зерен кориандра, 2 кофейные ложечки семян фенхеля, 4–8 сушеных стручков горького перца.

Заливка: 1,5 л воды, 3 столовые ложки хереса, 3 столовые ложки вишневой настойки или белого рома, 3 столовые ложки соли.

Капусту вымыть, вырезать кочерыжку, отделить листья, несколько листьев отложить в сторону, остальные нарезать ромбами размером 2 см.

Нарезанную капусту с корицей, кориандром и фенхелем выложить в стерильные банки, добавить крупно нарезанный горький стручковый перец (не забыть потом вымыть руки!).

В кастрюле вскипятить воду с солью, добавить херес, вишневую настойку или ром.

Горячей заливкой залить капусту до полного покрытия, сверху положить капустные листья и держать в открытой посуде около недели. Потом закупорить полиэтиленовыми крышками.

Капуста с перцем будет готова к употреблению не ранее чем через 2 недели.

Гарнир из маринованной моркови

500 г моркови, 100 г репчатого лука, 1 столовая ложка растительного масла, 25 мл 9 %-ного уксуса, молотый черный перец по вкусу, 1 столовая ложка соли.

Морковь нашинковать соломкой. Лук нарезать полукольцами и обжарить в растительном масле. В уксус добавить перец и соль, хорошо размешать. Овощи сложить в эмалированную кастрюлю, вылить в них уксусную смесь, хорошо перемешать, выдержать под крышкой 20–30 минут. Затем плотно уложить салат в сухие стерилизованные банки и закрыть полиэтиленовыми крышками. Хранить в холодильнике. Использовать как гарнир к мясным блюдам.

Салат из перца по-болгарски

10 кг сладкого перца, 100 г зелени петрушки, сельдерея и вишневого листа, по 20 г корня хрена, петрушки и сельдерея, 3–5 г семян кориандра.

Заливка: на 2 л воды — 150 г соли, 150 мл 9 %-ного уксуса.

Сладкий зеленый перец вымыть и наколоть вилкой в нескольких местах у основания. Плотно уложить перец в банки.

Подготовленные приправы положить на дно и затем сверху. В каждую банку положить кружок и гнет, залить перец холодной заливкой.

Оставить на 10–12 дней при комнатной температуре, а затем перенести в холодное место. По мере необходимости добавлять заливку (на 1 л воды — 30 г соли, 2 столовые ложки уксуса) или растительное масло (чтобы перец всегда был покрыт заливкой).

Свекла, маринованная по-чешски

Заливка: на 1 л воды — 300–400 мл столового уксуса, 40 г сахара, 50–60 г соли, 20–30 г корня хрена, 1 чайная ложка семян фенхеля.

Свеклу средней величины вымыть и варить около 1 часа. Очистить свеклу от кожицы и испечь в духовке. Мягкую свеклу натереть на крупной терке и плотно уложить в банки. Сверху положить нарезанный кружочками корень хрена. Залить теплой заливкой и плотно закрыть полиэтиленовыми крышками.

Такая свекла при длительном хранении теряет цвет, поэтому ее лучше готовить несколько раз в течение зимы.

Розовый маринованный чеснок (головками)

После уборки чеснока с грядки сразу же обрезать ботву, оставив пенек высотой 2,0–2,5 см; корешки обрезать заподлицо с донцем; аккуратно снять с головок многочисленные одежки, оставив дольки в одной чешуйке, чтобы головка не развалилась.

Подготовленный таким образом чеснок (7 кг) сложить в емкость, например, в обыкновенное эмалированное ведро с крышкой. Затем залить его холодной водой с добавлением 1 л 9 %-ного спиртового натурального уксуса. В кислой среде чеснок выдерживать 30–40 суток, за это время он перестанет быть жгучим.

По истечении указанного срока уксусный раствор вылить, а

чеснок промыть холодной водой. После этого залить его крепко соленой и подслащенной (по вкусу) холодной водой, добавить 0,7 л яблочного натурального 6 %-ного уксуса. Если такого уксуса нет, то можно взять 9 %-ный спиртовой натуральный уксус (500 мл на ведро маринада).

Затем натереть на мелкой терке 1 кг сырой столовой свеклы. Добавить в свекольную кашицу 500 мл воды, перемешать и отжать воду в ведро через марлю. Раствор приобретает рубиновый цвет.

Через 15–20 суток выдержанный в таком маринаде чеснок готов к употреблению. Свекольный сок окрасит стебелек и кожицу чеснока, придав ему оригинальный вид. Кроме того, маринад дополнительно напитает чеснок органическими кислотами, добавив ему неповторимый вкус. Если посмотреть дольку такого чеснока на свет, то она выглядит полупрозрачной, похожей на молочный агат. В этом маринаде чеснок следует хранить постоянно, поместив его в темное прохладное место. На свету витамин С, содержащийся в чесноке, распадается. Нельзя выставлять маринованный чеснок на мороз: после оттаивания он станет мягким, менее привлекательным на вид и на вкус.

Острые овощные маринады

Фаршированные баклажаны в уксусе

1 кг баклажанов, по 2 корня петрушки и сельдерея, 2 моркови, 2 стручка сладкого перца, 1 головка чеснока, 1 л слабого уксуса, 50 г соли.

Молодые баклажаны, срезав стебельки, надрезать вдоль. Сварить в кипящей воде. Сваренные баклажаны положить под гнет.

Мелко нарезать очищенные коренья петрушки и сельдерея, морковь, стручки сладкого перца, все перемешать, добавить тертый чеснок, соль и заполнить разрезы баклажанов фаршем.

Сложить их в стеклянные простерилизованные банки и залить остывшим уксусом, предварительно прокипяченным с солью.

Кисло-сладкая капуста

На трехлитровую банку: 2 кг белокочанной капусты, 2 шт.

свеклы, 2 шт. моркови, 2 зубчика чеснока, несколько кусочков красного жгучего перца, очищенного от семян, или по вкусу молотый красный перец.

Заливка: 1 л воды, 1/2 стакана растительного масла, 1/2 стакана 6 %-ного уксуса, 1 стакан сахара, 2 столовые ложки соли.

Капусту нашинковать, как для квашения. Свеклу и морковь натереть на крупной терке. Соединить овощи вместе, добавить измельченный чеснок и перец, перемешать, выложить в трехлитровую банку. Вскипятить заливку и сразу влить ее в банку с овощами. Закрыть полиэтиленовой крышкой и убрать в прохладное место.

Через 2 дня капуста готова.

Капуста краснокочанная маринованная острая

1 кг капусты, 20 г соли мелкого помола, по 5 горошин черного и душистого перца, 3 бутона гвоздики, 1 лавровый лист, кусочек корицы.

Заливка: 650 мл воды, 350 мл 9 %-ного уксуса, 40 г сахара, 20 г соли.

Плотные здоровые кочаны капусты очистить от верхних загрязненных листьев, вырезать кочерыжку и шинковать капусту так же, как для квашения.

В алюминиевом тазу или эмалированной миске тщательно перемешать капусту с солью, перетирая ее в руках.

После перемешивания капусту оставить выстаиваться на 2 часа, а затем уложить в банку и плотно утрамбовать.

Перед укладкой на дно банки положить пряности (перец черный и душистый, корицу, гвоздику и лавровый лист), затем содержимое банки залить маринадной заливкой.

В литровую банку входит 600–650 г капусты и 350–400 мл заливки.

При изготовлении острых маринадов банку рекомендуется залить растительным маслом слоем высотой 10–15 мм и хранить при температуре не свыше 12 °С.

Слабокислые маринады в стеклянных банках надо герметически укупорить крышками, надеть зажимы и прогреть в воде при температуре 85 °С: литровые банки — 30 минут, пол-литровые — 20 минут. Банки после прогрева быстро охладить.

Этим же способом можно замариновать и белокочанную капусту. Красивый внешний вид с красновато-фиолетовым оттенком делает маринованную краснокочанную капусту одним из незаменимых гарниров к мясным и рыбным блюдам.

Наилучшим сортом для маринования считается Каменная головка.

Капуста по-корейски

Белокочанная капуста, молотый красный перец, лавровый лист, сухой укроп.

Заливка: на 1 л кипяченой воды — 100 мл 9 %-ного уксуса, 1 столовая ложка (с горкой) крупной соли.

Капустные кочаны разрезать на четвертинки и уложить в эмалированную кастрюлю, пересыпая молотым красным перцем, раскрошенным лавровым листом и сухим укропом (с семенами). Затем влить кипящую заливку.

Кочаны прикрыть тарелкой, положить небольшой груз.

Капуста готова через 2 дня.

Лук маринованный

1 кг репчатого лука.

Заливка: 500 мл воды, 500 мл 9 %-ного уксуса, пряности (корица, гвоздика, бадьян, душистый перец, красный перец, лавровый лист), сахар по вкусу, 2 столовые ложки соли.

Рекомендуется мариновать мелкий лук. Луковицы на 2–3 минуты опустить в кипяток, затем быстро охладить в подсоленной воде.

Слив воду, залить лук кипящей маринадной заливкой.

Маринованные огурцы с приправами

На 4 пол-литровые банки: 1 кг маленьких огурчиков, 100 г крупной соли.

Заливка: 500 мл яблочного уксуса, 500 мл воды, несколько кусочков хрена длиной 2 см, 4 сушеных горьких стручковых перца, 1 чайная ложка горошин белого перца, 1 пучок укропа, 1 лавровый лист, 1 чайная ложка ягод можжевельника, 400 г сахара.

Огурцы вымыть и хорошо протереть полотенцем, концы срезать. Огурцы сложить в посуду, в 1,5 л воды растворить 100 г соли, залить огурцы соленой водой и держать 24 часа, закрыв крышкой.

Затем примерно 5 минут подержать в свежей холодной воде,

после чего воду сцедить, а огурцы сложить в стерильные банки.

Хрен тщательно промыть щеткой под проточной водой и нарезать тонкими кружками.

Перец разрезать пополам.

Укроп промыть, нежную зелень отделить от стеблей.

Вскипятить уксус с 500 мл воды, пряными растениями, специями и сахаром, дать смеси немного остыть, после чего залить огурцы полученной маринадной заливкой.

Банки закупорить полиэтиленовыми крышками и хранить до употребления минимум 14 дней.

Острый кисло-сладкий перец

1,3 кг зеленого, желтого и красного сладкого перца.

Заливка: 375 мл воды, 375 мл винного уксуса, 4 зубчика чеснока, 2 стручка красного чили, 2 столовые ложки анисовой водки, 75 г сахара, 4 лавровых листа, 2 чайные ложки соли.

Сладкий перец вымыть, очистить и нарезать кусочками шириной 2 см. Чеснок очистить и разрезать каждый зубчик на 4 части. Чили очистить и нарезать тонкими полосками.

Смешать уксус с 375 мл воды, добавить анисовую водку, соль, сахар, чили, чеснок и довести до кипения. Опустить в маринад подготовленный сладкий перец и варить 3 минуты, затем добавить лавровый лист.

Переложить кипящую массу вместе с маринадом в сухие чистые банки и закрыть их полиэтиленовыми крышками.

Овощи должны настояться в маринаде неделю, после чего банки можно открыть.

Острый кисло-сладкий перец хранится в маринаде не менее 6 месяцев (в прохладном месте).

Таким способом можно консервировать тыкву, огурцы, китайскую капусту, кабачки, кольраби. Очень мягкие овощи, такие как огурцы, не следует варить, их надо просто залить кипящим маринадом и закрыть банки.

Перец пареный маринованный

Специи и приправы: чеснок, зелень петрушки.

Маринад: 2 части воды, 3 части винного уксуса; на каждый 1 л жидкости — 1/2 стакана растительного масла и 80 г соли; черный перец горошком и лавровый лист по вкусу.

Стручки сладкого перца вымыть, очистить от семян, нарезать

полосками шириной около 15 мм. Опускать в кипящий маринад по 1 горсти нарезанных стручков. Через 1–2 минуты, как только маринад сильно закипит, вынимать их шумовкой и укладывать на противень для быстрого охлаждения. Охлажденный перец уложить в банку, перекладывая дольками чеснока и зеленью петрушки. Залить охлажденным маринадом и слегка надавить гнетом. Обвязать банку пергаментной бумагой или сложенной вдвое тканью и поставить в холодное место.

Перец печеный маринованный

Прокипятить в течение 3–4 минут смесь из 750 мл винного уксуса, 500 мл воды, 1 стакана растительного масла, сахара и соли по вкусу. Слегка обжечь стручки сладкого перца. Погрузить их на несколько секунд в кипящую уксусную смесь, затем вынуть и положить в широкую посуду. Охладив, уложить в банки, пересыпая дольками чеснока и веточками укропа (петрушки). Залить охлажденным маринадом.

Острый жареный перец в маринаде

Маринад: 500 мл воды, 500 мл винного уксуса, 1 столовая ложка (с горкой) соли, сахар по вкусу, сухой укроп, 1–2 лавровых листа или черный перец горошком.

Отобрать светло-зеленые стручки острого перца, срезать плодоножки на 1 см от основания, промыть, подсушить полотенцем, затем слегка обжарить в сильно разогретом растительном масле. Охладить, уложить в небольшие банки и залить прокипяченным охлажденным маринадом.

Туршия острая (смешанное соленье в маринаде)

3–4 кг сладкого перца, 2 кг лука-сеянца, 500 г молодой стручковой фасоли, 3 кочана цветной капусты, 500 г мелких зеленых помидоров, 3–4 головки чеснока, 2 корня сельдерея, 5–6 морковин, 4–5 стручков острого перца.

Маринад: 4 л воды, 2 л винного уксуса, 6 кофейных чашечек соли (6 полных столовых ложек), 2–3 лавровых листа, 10–15 вишневых листьев, 10 г черного перца горошком, 3–4 столовые ложки горчицы в порошке.

Лук очистить, чеснок разобрать на дольки и очистить,

морковь и сельдерей нарезать кружочками, цветную капусту разобрать на кочешки. Сладкий перец нарезать широкими полосками, а острый перец мелко изрубить. Зеленые помидоры оставить целыми.

Приготовленные овощи уложить в большую банку или в глиняный горшок. Довести до кипения воду с уксусом и солью, затем добавить все указанные специи, прокипятить несколько минут.

Маринад охладить и залить им овощи. Перелив рассол 2–3 раза, поставить туршию в сухое прохладное место.

Любителям щегольнуть

Капуста савойская маринованная

Способ 1

Заливка: на 1 л воды — 300 мл 9 %-ного уксуса, 60 г сахара, 40–70 г соли.

На литровую банку: 5–8 горошин черного перца.

Кочаны очистить от кроющих листьев, нашинковать каждую.

Если капуста горчит, запарить ее *(см. «Капуста белокочанная пареная и квашеная»)*.

Подготовленную капусту плотно уложить в посуду и залить холодным маринадом.

Заполненные банки закрыть полиэтиленовыми крышками и поставить в холодное место. Через неделю капуста готова к употреблению.

Способ 2

1 кг капусты, 30 г соли.

Заливка: на 1 л воды — 300 мл 9 %-ного уксуса, 60 г сахара, 40–70 г соли.

На литровую банку: 5–8 горошин черного перца.

Капусту очистить, нашинковать, руками перетереть с солью, плотно уложить в банки и поместить в холодное место на несколько часов. Затем капусту вынуть, отжать сок, а отжатую капусту вновь уложить в банки и залить холодным маринадом.

Закрыть полиэтиленовыми крышками и хранить в холодном месте.

Огурцы с семенами горчицы и яблоками

3 больших салатных огурца (около 600 г каждый), 2 кислых яблока, 1 большой пучок укропа, 50 г семян горчицы, 5 лавровых листов.

Заливка: 500 мл воды, 500 мл белого винного или другого мягкого уксуса, 150 г сахара.

Огурцы очистить, разрезать вдоль, ложкой вынуть семена, затем нарезать тонкими дольками толщиной с палец. Яблоки очистить, разрезать каждое на 4 части, вынуть сердцевину, нарезать поперек пластинами толщиной примерно 1 см.

Вскипятить заливку (воду с уксусом и сахаром), опустить туда огурцы и яблоки, довести до кипения. Затем снять кастрюлю с плиты и отставить на 24 часа.

Огурцы и яблоки вынуть из маринада. Укроп вымыть и мелко нарезать. Огурцы и яблоки вместе с укропом, семенами горчицы и лавровым листом сложить в стерильные банки.

Маринад еще раз вскипятить, охладить и залить им огурцы, чтобы он полностью покрыл их. Банки закупорить полиэтиленовыми крышками. К употреблению огурцы будут готовы через неделю.

Огурцы, начиненные горчицей (старинный рецепт)

Огурцы, горчичные семена.

Заливка: крепкий уксус, лавровый лист, черный и английский (белый) перец, соль.

Выбрать зрелые крупные огурцы (но не желтые). Срезать с тупой стороны огурца верхушки. Вычистить внутренность огурцов — делать это осторожно, чтобы не проколоть их, так как иначе они станут непригодны. Всю пустоту огурца наполнить горчичными семенами. Накрыть каждый огурец срезанной верхушкой, прикрепить ее с трех сторон заостренными спичками. Осторожно сложить огурцы в банку, стараясь не уронить верхушки.

Затем вскипятить крепкий уксус, положить в него соль, лавровый лист, простой и английский перец, остудить, залить огурцы так, чтобы полностью их покрыть, накрыть донышком, наложить гнет.

Если уксус спустя некоторое время станет слабым, слить его, налить свежий.

Свекла, маринованная с капустой

1 кг смеси свеклы и капусты в любом соотношении.

Заливка: на 1 л воды — 40 мл 9 %-ного уксуса, 80 г соли.

Кочан капусты очистить, промыть и разрезать на 4 части. Сырую свеклу очистить, промыть и нарезать кружочками. Чередуя ряды, сложить капусту и свеклу в эмалированную кастрюлю, залить кипяченой водой с уксусом и солью, закрыть крышкой (меньшей по размерам, чтобы она придавила овощи). Сверху положить груз.

Крышка должна быть «притоплена» в маринаде. Через 6–7 дней блюдо готово.

Специально для гурманов

Баклажаны фаршированные

Способ 1

Баклажаны среднего размера, соль.

Для фарша: небольшой кочан капусты, несколько морковин, чеснок, зелень петрушки и сельдерея, соль.

Маринад: на 500 мл воды — 500 мл уксуса, 1 полная столовая ложка соли.

Баклажаны вымыть, срезать плодоножки и разрезать по длине, вынуть чайной ложкой семенную часть, посолить баклажаны и оставить на 30–60 минут. Опустить в кипяток и проварить 4–5 минут. Вынуть шумовкой, отцедить воду и охладить.

Приготовление фарша. Нашинковать небольшой кочан капусты, натереть на терке несколько штук моркови, очистить несколько долек чеснока, нарезать зелень петрушки и сельдерея. Все смешать и посолить по вкусу. Затем слегка протереть руками и нафаршировать баклажаны.

Перевязать баклажаны веточками сельдерея и уложить в стеклянную банку или глиняный горшок.

Залить прокипяченным маринадом, придавить венком из веточек сельдерея, сверху положить гнет.

Перелить жидкость 2–3 раза и поставить банки в холодное место.

Способ 2

Отобрать молодые баклажаны средней величины, вымыть их, срезать плодоножку с верхней частью плода, надрезать по длине в трех или четырех местах острием ножа, посыпать солью и оставить на 2 часа для удаления горечи.

Жидкость слить, погрузить баклажаны на 2 минуты в кипящую подсоленную воду до слабого размягчения, затем отцедить.

Надрезы наполнить смесью из мелко нарезанной моркови, сельдерея — корня и листьев, зелени петрушки, чеснока, зерен черного и душистого перца.

Каждый баклажан перевязать листом сельдерея, уложить их в банку, уплотнить и залить остывшим маринадом (на 1 л воды — 1 л уксуса и 150 г соли). Хранить в холодном месте.

Перед подачей к столу нарезать и полить растительным маслом.

Капуста «Провансаль» с фруктово-ягодной смесью

5 кг белокочанной капусты, 3,7 кг сахара, 700 г растительного масла, 0,5 чайной ложки порошка горчицы, 450 г брусники или клюквы, 450 г маринованной вишни (сливы), 450 г маринованного винограда, 350 мл маринадной заливки из-под косточковых.

Подготовленную крупно нарезанную капусту укладывать слоями в бочку (кадку, эмалированное ведро, банку и т. п.), пересыпая солью и сахаром, добавляя моченые яблоки, маринованные сливы, виноград, клюкву, бруснику и слегка проливая (спрыскивая) растительным маслом.

Общее количество фруктово-ягодных добавок должно быть не более четырех.

Перец красный маринованный

8 кг красных стручков сладкого перца, 500 г соли, цветная капуста, морковь, корень сельдерея, сухие веточки укропа.

Вымыть перец, удалить плодоножки и семена. Разрезать каждый стручок (вдоль) на 2 части и уложить в эмалированную посуду. Засыпать солью (500 г) и выдержать 1 ночь. На другой день отцедить выделившийся сок и измерить его объем. Отмерить такое же количество уксуса, смешать с выделившимся соком и на каждый 1 л полученной жидкости добавить 1 кг сахара, 500 мл растительного масла, 2–3 чайные ложки черного перца горошком и 2–3 лавровых листа. Довести до кипения. Перец залить кипящим маринадом и охладить в нем. Затем вынуть, уложить в банки, перекладывая ряды соцветиями цветной капусты, кружочками моркови, тонко нарезанным корнем сельдерея и сухими веточками укропа. Залить охлажденным маринадом.

Перец фаршированный острый

6 кг крупного сладкого перца, вишневые или айвовые листья.

Для фарша: 2 кочана белокочанной капусты средних размеров, 1 кг моркови, по 500 г красного и зеленого острого перца, 3–4 корня сельдерея, 2–3 пучка зелени петрушки.

Маринад: 3 л воды, 3 л мягкого уксуса, 4 столовые (с горкой) ложки соли.

Перец вымыть и удалить семенную часть. Слегка посолить изнутри и выдержать несколько часов.

Приготовление фарша. Мелко нарезать капусту, морковь, корни сельдерея, красный и зеленый стручки острого перца и зелень петрушки. Нарезанные овощи смешать, посолить по вкусу и положить в большую эмалированную кастрюлю. Сверху положить гнет и оставить на ночь.

На другой день овощи отжать для удаления образовавшегося сока и нафаршировать ими стручки перца, следя за тем, чтобы в них не оставалось воздуха. Закрыть стручки перца кружочками моркови и уложить вертикально в банку или глиняный горшок, проложив между ними промытые вишневые или айвовые листья. Сварить маринад, охладить и залить им перец.

Круглый перец фаршированный

Крупный сладкий перец округлой формы, лук-сеянец, цветная капуста, морковь, корень сельдерея, чеснок.

Маринад: на 1 л 3 %-ного уксуса — 2 столовые ложки соли (если уксус очень крепкий, добавить на 2 части уксуса 1 часть воды).

Отобрать стручки перца приблизительно одинаковой величины и по возможности с гладкой поверхностью. Удалить семенную часть и вырезать кружок вокруг плодоножки.

В каждый стручок положить 1 головку лука, кусочек моркови и сельдерея и дольку чеснока.

Сверху закрыть кочешком (соцветием) цветной капусты.

Уложить фаршированные стручки отверстием вверх в банку и залить прокипяченным и охлажденным маринадом, приготовленным из уксуса и соли.

На четвертый день после приготовления перелить маринад. Проделывать это в течение 3–4 дней.

Готовый перец придавить гнетом (булыжником) и поставить в холодное место.

Перец, фаршированный по-болгарски (туршия по-сухиндолски)

6 кг крепких плодов сладкого красного перца, 2–3 кочана цветной капусты, 1 кг небольших зеленых помидоров, 500 г острого перца, 500 г моркови.

Маринад: 7 стаканов воды, 7 стаканов винного уксуса, 1 стакан сахара, 1 стакан соли, 4–5 лавровых листов, по 1 чайной ложке черного и душистого перца (горошком).

Сладкий перец вымыть и удалить семена. Цветную капусту, выдержанную 2–3 часа в подсоленной воде, разобрать на соцветия. Зеленые помидоры и острый перец вымыть. Морковь очистить и нарезать кружочками.

Сварить маринад и охладить его.

Ошпарить кипятком стручки острого перца, а затем отдельно (в другой посуде) — остальные овощи. Когда овощи остынут, положить в каждый стручок по 1–2 помидора, половинку стручка острого перца, 2–3 кружочка моркови. Сверху прикрыть 1 соцветием цветной капусты. Подготовленные стручки уложить в банку и залить охлажденным маринадом. Маринад перелить 2–3 раза (через день), придерживая рукой стручки, чтобы из них не выпал фарш. Хранить соленье в холодном месте, следя за тем, чтобы перец всегда был покрыт слоем маринада толщиной в 2 пальца. Перед подачей полить растительным маслом.

Бланшированный перец с баклажанами в маринаде

5 кг сладкого перца, 3,5 кг баклажанов, 1,65 л 3 %-ного уксуса, 500 г растительного масла, 150 г зелени петрушки, несколько зубчиков чеснока, черный перец горошком, 40 г соли.

Перец промыть, очистить от семян и плодоножек, разрезать каждый стручок на 2–4 части, бланшировать в кипятке и очистить от кожицы.

Баклажаны промыть, очистить, нарезать нетолстыми полосками, обжарить в растительном масле на сильном огне.

Подготовленные овощи выложить слоями в банки, добавить крупно нарезанную зелень петрушки, несколько зубчиков чеснока, черный перец, соль, залить горячей смесью растительного масла с уксусом.

Банки закрыть полиэтиленовыми крышками и поставить на хранение в холодное место.

Помидоры, маринованные по-грузински

1 кг зеленых помидоров, 3/4 стакана ядер грецких орехов, 7–10 зубчиков чеснока, 1/2 стручка острого перца, по 1 чайной ложке семян кориандра и сушеной мяты, 1/2 чайной ложки сушеной зелени базилика и эстрагона, 3/4 стакана столового уксуса.

Зеленые помидоры средней величины вымыть, залить кипятком и выдержать 20 минут. Затем разрезать помидоры на 4 части.

Ядра грецких орехов, чеснок и острый перец тщательно измельчить, растереть в ступке, отжать сок и собрать в рюмку. В выжатую массу добавить зерна кориандра, мяту, базилик, уксус и тщательно перемешать.

Нарезанные помидоры уложить в банки, пересыпая каждый слой пряной смесью, и уплотнить. Сверху вылить выжатый сок. Закрыть полиэтиленовыми крышками и поставить в холодное место. Через несколько дней, когда помидоры пожелтеют, их можно употреблять в пищу.

Старинные рецепты

Для предохранения от плесени маринад заливают слоем растительного масла. Банки закрывают пергаментной бумагой и обвязывают смоченным в воде шпагатом.

Хранить маринады следует в сухом прохладном месте.

Капуста краснокочанная пикантная

5 кг краснокочанной капусты, черный перец горошком (на литровую банку — 7 горошин), 15 бутонов гвоздики, 5 лавровых листов, 10 г корицы, растительное масло.

Заливка: 5 л воды, 2 л 9 %-ного уксуса, 300 г сахара, 150 г соли.

Капусту нашинковать, добавить соль, перец, гвоздику, корицу, лавровый лист и оставить на 3–4 часа. Уксус разбавить водой, растворить сахар, соль и налить в каждую подготовленную банку на 1/4 объема. Затем плотно уложить капусту (заливку не отливать), залить слоем растительного масла толщиной 1,5–2 см.

Хранить в холодном месте.

Лук маринованный острый

На 5 л маринада: 4,5 л воды, 50 г соли, 250 г сахара, 200 мл 80 %-ной уксусной эссенции, 10 г хрена, 50 г укропа (или петрушки,

сельдерея), 25 г листа черной смородины, 20 г чеснока, 2 г красного горького перца (в стручках), 2 г лаврового листа.

Отобрать мелкий лук, очистить, сложить в стеклянную бутыль с широким горлышком и залить маринадом.

Приготовление маринада. Все пряности, кроме уксуса, смешать, залить водой и кипятить в течение 8 минут, затем процедить через марлю, охладить и добавить уксус.

В бутыль с маринованным луком осторожно влить тонкий слой растительного масла. Хранить в холодном месте.

Перец печеный маринованный

Способ 1

Отобрать мясистые, по возможности правильной формы стручки сладкого перца, обжечь их равномерно со всех сторон, надрезать в узкой части и уложить на широкий противень, наклонив его в одну сторону, чтобы стекал выделяющийся сок. Оставить на ночь. На другой день уложить стручки в банку, положив между рядами крупно нарезанную зелень петрушки, дольки чеснока и морковь, нарезанную кружочками.

Приготовление маринада. Прокипятить слабый уксус с солью (на 1 л 3 %-ного уксуса — 2 столовые ложки соли) и охладить. Залить перцы остывшим маринадом, поверх осторожно налить слой растительного масла толщиной в 2–3 пальца.

Хранить в холодном месте.

Способ 2

Отобрать по возможности прямые крепкие стручки сладкого перца. Обжечь на сильном огне, следя за тем, чтобы не пережечь их. Положить в кастрюлю и закрыть крышкой (после этого перец легче чистить). Снять кожицу, удалить плодоножки, затем разрезать каждый стручок по длине и ножом удалить семенную часть. Уложить половинки в поставленную под наклоном плоскую посуду, чтобы стекал выделяющийся из них сок. Затем выдержать 5–6 часов в подсоленном уксусе (1 столовая ложка соли на 1 л 3 %-ного уксуса). В более слабом уксусе их можно держать ночь. Вынув из уксуса, отцедить каждый стручок перца, обмакнуть в растительное масло, предварительно прокипяченное и охлажденное, и уложить плотно в банки. Между 2–3 рядами положить дольки чеснока и зелень петрушки.

Сверху аккуратно влить растительное масло слоем в 2–3 пальца толщиной и поставить банку в сухое холодное место.

Перец фаршированный в маринаде

5 кг сладкого перца.

Для фарша: 3 головки чеснока, 400 г сахара, 200 г соли, черный и душистый перец горошком.

Перец вымыть, удалить плодоножки и семенную часть. Положить на слабо нагретую плиту, чтобы перцы слегка обмякли, но не обжигать их.

Смешать сахар, соль, дольки чеснока, очищенные и мелко нарезанные, черный и душистый перец.

В каждый стручок перца положить по 1 чайной ложке смеси. Уложить перцы в эмалированную кастрюлю, залить 750 мл уксуса и выдержать ночь.

На другой день уложить перцы в банки и залить выделившимся соком.

Сверху налить растительное масло слоем толщиной в 2–3 пальца.